



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta



Fevereiro
2018

Edição nº 155 - Ano XVI
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita

IGREJA DE GALAMARES

PÁGINAS CENTRAIS



Igrejas históricas
de Sintra com
informação para turistas

Página 3



Ano Novo com Taizé

Página 4



Melhorias em
Sta Eufémia

Página 10



XV ANIVERSÁRIO DO CRUZ ALTA

PÁGINAS CENTRAIS



Confraria do
Giro dos Saloios
de Nª Sª do Cabo

Página 15



Retiro Quaresmal

18 de Março das 9:30h às 16:30h



Editorial
José Pedro Salema

Esperança!

Com a chegada da Quaresma, tenho sempre uma sensação de esperança, de que é o momento adequado para me aproximar de Deus.

Como vai então ser a minha vida? Que acontecerá de novo, para que o dia de amanhã seja diferente de hoje? Qual é a minha disposição para enfrentar o que irei viver nos próximos dias?

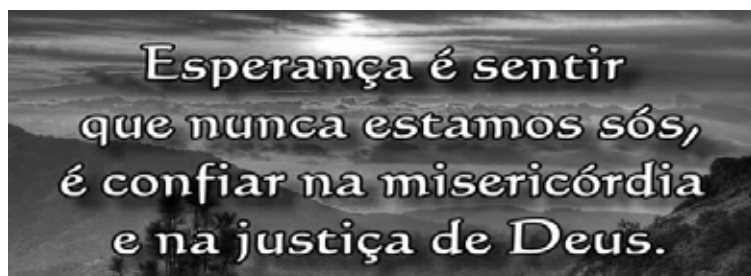
No meu dia-a-dia muitas vezes sinto como se não tivesse a presença de Deus dentro de mim. Como é que vou conseguir conviver com o meu Deus? Meu Deus!

Na minha relação com Deus falta-me muito a oração, para mais vezes falar com Ele e escutá-Lo, deixar que Ele se manifeste em mim, como Ele quiser, no cumprimento da minha missão.

Na maior parte de um dia, não tenho oportunidade de sentir o Amor de Deus, porque não lhe dou espaço, porque me esqueço da Sua presença. Como me seria tudo mais fácil se eu sentisse o Amor de Deus!

E não é por falta de saber, pois Deus já me deu tantas provas de como é bom tê-Lo dentro de mim, sentir aquela harmonia, a paz e a tranquilidade desses momentos...

Quase a chegar à Qua-



resma, tudo o que se passa na minha vida vai necessariamente ter de ser colocado na sua ordem.

A verdade é que tenho medo. Sim, medo! Medo dos meus próprios sentimentos, medo das outras pessoas, medo do futuro. Medo também de me distanciar de Deus... E o medo de não ter forças para me levantar e começar de novo!

Por isso a Quaresma traz-me sempre novo alento. A narrativa da morte e ressurreição de Jesus revela-nos um Deus que está à nossa espera. Sempre, paciente e misericordioso. É isso mesmo, querido Jesus. Nós só Te vemos quando... queremos! Mas Tu estás à espera que eu segure na Tua cruz, e siga caminhando, a Teu lado.

Diz o ditado que "quem tem fé tem Esperança". Aí está o segredo. "O segredo da espera é a fé de que a semente foi plantada e de que algo já começou". (Henri Nouwen)

E é esta semente que me leva a querer caminhar ao

lado de Jesus, transportar a minha própria cruz, subir com Ele até ao Calvário. Então tenho a possibilidade de me converter, de morrer para toda a minha miséria, de me transformar num filho que vai para os braços do Pai.

É este caminho para a Páscoa que quero viver outra vez este ano. Com toda a paixão que reflete o brilho do amor de Deus. Pois no fim, quando Deus já estiver a "trabalhar" em mim, quando eu ressuscitar com Ele, poderei então sentir o sabor maravilhoso do amor de Deus e recomeçar a viver uma nova vida!

"Meu Deus, quando enviaste Jesus para junto de nós, foi para que eu, no meio da minha peregrinação diária, tenha sempre a Esperança de experimentar a minha própria ressurreição. Que cada Páscoa que eu viva, que em cada Missa que eu participe, me preenchas do Teu amor e me ajudes a partilhar este amor com os outros!"



Os Nossos Padres
Pe. Jorge Doutor

Verdadeira comunicação

Este nosso jornal já passou por quinze anos de comunicação da vida que acontece na nossa Unidade Pastoral de Sintra e para lá dela. O "Cruz Alta" procura dar visibilidade e anunciar muito do que, de outra forma, ficaria desconhecido, mas que é tão significativo para quem ama esta nossa comunidade!

É de louvar o esforço e generosidade com que, mensalmente, toda a equipa do jornal se dedica a tornar realidade mais uma nova edição!

É importante realçar o que o Papa Francisco afirma na sua mensagem para o 52º Dia Mundial das Comunicações Sociais, que será comemorado a 13 de Maio de 2018: "a comunicação humana é uma modalidade essencial para viver a comunhão. [...] Gostaria de contribuir para redescobrir o valor da profissão jornalística e a responsabilidade pessoal de cada um na comunicação da verdade".

O Papa adverte para o fenómeno das «notícias falsas». Afirma que "a verdade tem a ver com a vida inteira. [...] A verdade é aquilo sobre o qual nos podemos apoiar para não cair. Neste sentido relacional, o único verdadeiramente fiável e digno de confiança sobre o qual se pode contar, ou seja, o único «verdadeiro» é o

Deus vivo."

Continua a mensagem: "o melhor antídoto contra as falsidades não são as estratégias, mas as pessoas: pessoas que, livres da ambição, estão prontas a ouvir e, através da fadiga dum diálogo sincero, deixam emergir a verdade; pessoas que, atraídas pelo bem, se mostram responsáveis no uso da linguagem. Se a via de saída da difusão da desinformação é a responsabilidade, particularmente envolvido está quem, por profissão, é obrigado a ser responsável ao informar, ou seja, o jornalista, guardião das notícias."

"Informar é formar, é lidar com a vida das pessoas. [...] Penso num jornalismo sem fingimentos, hostil às falsidades, a slogans sensacionais e a declarações bombásticas; um jornalismo feito por pessoas para as pessoas e considerado como serviço a todas as pessoas, especialmente àquelas – e no mundo, são a maioria – que não têm voz."

Deixemo-nos inspirar por estas palavras do Santo Padre e peçamos a Deus que continue a abençoar este nosso jornal.



A melhor parte
Diác. Vasco d'Avillez

O que esperamos

Esta vez venho falar-vos de uma equipa que a Unidade Pastoral constituiu para ajudar os jovens casais a fazerem o seu percurso para o casamento.

Todos ouvimos falar e repetidamente ouvimos dizer, que muitos dos casamentos de hoje em dia falham por razões várias, às vezes ao fim de poucos anos ou até de poucos meses! E porquê? Pois de certo que haverá mil e uma razões diferentes, mas a maior parte das vezes isto acontece por falta de preparação dos noivos para o passo que estão a dar. Sabendo

disto a Igreja, já desde há muito tempo, que recomenda e hoje em dia – pelo menos na nossa União de Paróquias – exige que os casais que se apresentam para o casamento dentro dos ensinamentos da Igreja, têm que frequentar um CPM. Este encontro que têm de fazer, serve sobretudo para os alertar para os desafios e compensações de uma vida a dois, comprometida e assumida perante Deus, mas também para os cuidados que requer essa vida e para a atenção ao outro a que muitas vezes não fomos habituados desde pequenos a dar. "A

Melhor Parte" desta história é que estivemos envolvidos desde o início, a Mary Anne e eu, na formação desta equipa que o nosso Prior, o Sr. Padre Armindo Reis, constituiu para o ajudar nessa formação. Formámos esta Equipa através do sistema CPM: Centro de Preparação para o Matrimónio

Somos ao todo sete casais que temos em comum a boa disposição e o desejo de ajudar. Somos casais desde os que casaram apenas há três ou quatro anos até outros que casaram há 45 anos. Uns têm filhos pequenos e outros têm já netos de 14 anos... somos

a diversidade e por isso estamos equipados para acolher melhor. Quando conseguimos acolher bem também conseguimos passar a mensagem de que é possível ter um casamento com sucesso e que dure a vida toda. A receita é muito simples, mas requer uma atenção constante ao... outro! O sucesso de qualquer casamento é a felicidade do outro! Quando se consegue isto, tudo se torna mais fácil e mais interessante do ponto de vista de uma vida a viver a dois!

Pedimos-lhe a si, leitor, que nos envie os contactos de



quem queira casar pela Igreja aqui na nossa Unidade Pastoral, para que os possamos convidar a fazer um CPM ou para que os possamos acompanhar, caso seja isso o que precisam. Estamos melhor preparados agora do que estávamos antes, para acompanhar e servir melhor os jovens da nossa Unidade.

Festa de Natal da Catequese no Linhó

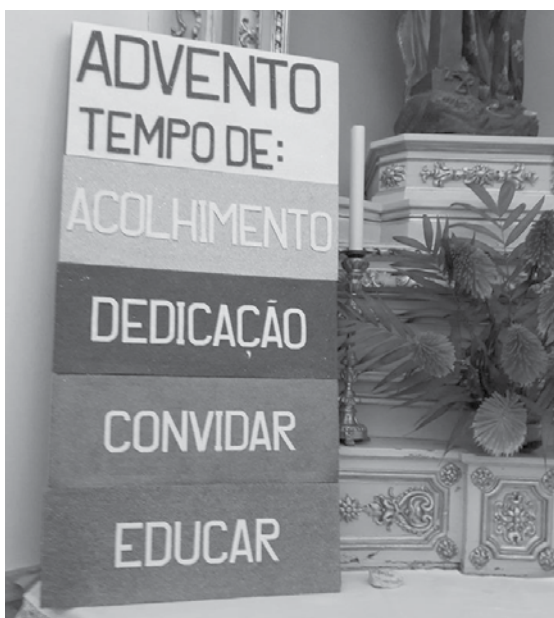
No Advento fomos convidados a olhar para o presépio, que fomos construindo em comunidade, e a assumir atitudes de acolhimento e de dedicação aos outros.

As crianças da catequese também fizeram os seus pre-

sépios, em família, que estiveram em exposição para toda a comunidade no dia da Festa da Catequese.

A Festa de Natal da Catequese do Linhó realizou-se no dia 06 de Janeiro. Após a Eucaristia a Festa continuou com

um almoço partilhado. Seguiu-se a apresentação da peça "O quarto rei Mago" pelas crianças da Catequese. Em seguida os pais, os avós e as irmãs doroteias, cantaram algumas canções. Foi uma tarde muito bonita e animada.



Resposta ao apelo do Papa Francisco para acolhimento de refugiados

No dia 14 de Janeiro celebrou-se o Dia Mundial do Migrante e Refugiado.

O Papa Francisco escreveu uma mensagem para esse dia e lembra frequentemente nos seus discursos e orações

aquelas pessoas que têm de deixar a sua terra para fugir da perseguição, da guerra ou da fome, a que normalmente chamamos refugiados.

Há algum tempo o Papa sugeriu que todas as paróquias

do mundo acolhessem uma família de refugiados. O apelo ficou a ecoar nos nossos corações e alguns paroquianos de Sintra foram mostrando o interesse em responder a esse apelo.

Finalmente foi possível a nossa Unidade Pastoral de Sintra acolher uma família de seis pessoas, vinda de situações de grande sofrimento.

Precisam do nosso apoio e mostram-se muito reconhecidas pelo acolhimento que estão a ter entre nós.

Não esqueçamos este drama mundial e procuremos todos ajudar na medida das nossas possibilidades, nem que seja com orações.



Viagens e Peregrinações

FÁTIMA a PÉ

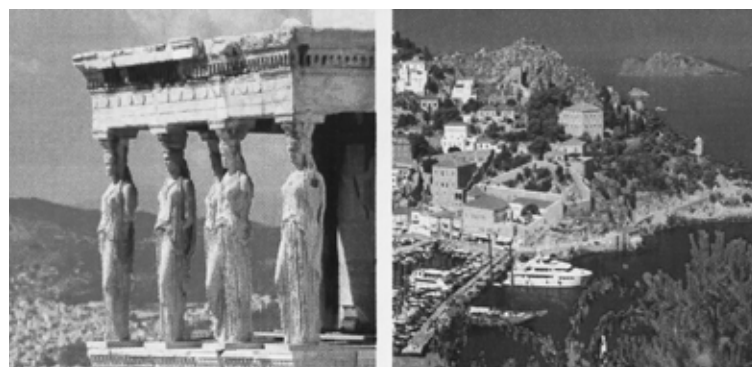
O Secretariado Permanente pensou uma peregrinação a pé a Fátima para a semana de 9 a 15 de Abril. Porque exigirá preparação, quem desejar participar, poderá inscrever-se já no Cartório.

GRÉCIA

Temos uma agência de viagens a propor uma visita à Grécia Antiga em Julho de 2018.

O programa da viagem inclui lugares bíblicos como Corinto e Atenas, para além de outros lugares de grande beleza e interesse cultural.

Quem estiver interessado pode pedir mais informações no Cartório da Igreja de São Miguel.



Ofertas ao Menino Jesus

Todas as ofertas recolhidas neste Natal, nas nossas igrejas, por ocasião do tradicional gesto de reverência para com a imagem do Menino Jesus, foram destinadas ao grupo de ação social da UPS – Gota a Gota que apoia sobretudo famílias carentes com crianças. O valor total recolhido e já entregue foi de 1.522,75€. Bem hajam pela vossa generosidade!




Creche Pré-Escolar 1º Ciclo



Desde 1989 a educar e a cuidar

R. Luís de Camões 67, Chão de Meninos | www.aformiguinha.com | tel.219 106 720



DIA MUNDIAL DO CONSAGRADO

Pe. João Inácio

No dia 2 de fevereiro celebramos a solenidade litúrgica da Apresentação de Jesus no templo: José e Maria levaram o menino Jesus ao templo para o consagrarem ao Senhor cumprindo desse modo o preceito da lei de Moisés (Lev.12,1ss). No rito da Sua apresentação no templo, Jesus consagra-se em total obediência, humildade e pobreza, à missão que o Pai do Céu lhe confia para a redenção da humanidade.

Nesse dia festivo, por iniciativa do nosso saudoso pontífice, S. João Paulo II, a Igreja comemora também o DIA DA VIDA CONSAGRADA que, nas palavras do papa, «pretende ajudar a Igreja inteira a valorizar sempre mais o testemunho das pessoas que escolheram seguir a Cristo mais de perto, mediante a prática dos conselhos evangélicos e, ao mesmo tempo, quer ser para as pes-

soas consagradas uma ocasião propícia para renovar os propósitos e reavivar os sentimentos que devem inspirar a sua doação ao Senhor» (*).

Na sua génese foram três as razões/finalidades que presidiram à instituição do Dia Mundial do Consagrado pelo papa S. João Paulo II:

1- A necessidade de louvarmos mais solenemente o Senhor, agradecendo-lhe o grande dom da vida consagrada enriquecendo assim a vida da Igreja com a sua multiplicidade de carismas; (*)

2- Promover o conhecimento e a estima pela vida consagrada, por parte de todo o povo de Deus, pois que, a vida consagrada imita mais de perto e representa na Igreja a forma de vida que Jesus viveu e propôs aos seus discípulos. Desse modo, pelos conselhos evangélicos da obediência, pobre-

za e castidade, a vida consagrada é o sinal mais eloquente do modo de vida abraçado por Cristo, obediente, pobre e casto, para fazer a vontade do Pai. (*)

3- As pessoas consagradas pelos conselhos evangélicos são convidadas a celebrar, em conjunto e solenemente, as maravilhas que o Senhor realizou nelas, descobrindo os raios da divina beleza difundidos no seu estilo de vida e assim tomar consciência mais viva da insubstituível missão na Igreja e no mundo. (*)

Tendo em conta os pressupostos acima apresentados é importante dizer que essa data, pelas razões litúrgicas e eclesiais que encerra, não deve passar despercebida; deve ser para todos nós uma oportunidade para refletirmos sobre os caminhos mais inusitados que Deus se-

gue para nos chamar à santidade e para sermos seus instrumentos de santificação do mundo.

É frequente ouvirmos dizer que escolher a vida de consagração é sinal de que a pessoa vive frustrada, não realizada no mundo, é não ter outra oportunidade de vida, como se essa opção de vida fosse um refúgio ou uma compensação das nossas frustrações. Assim sendo, tais pessoas seriam anormais. Por causa deste tipo de mentalidade, existem famílias que pensam que é uma desgraça para elas incentivar um dos seus membros para a vida sacerdotal ou de consagração. Pessoas há ainda que vendo as freiras/monjas de clausura que vivem por detrás das grades sentem pena.

A todos o que pensam dessa maneira, só temos a



dizer que tal como Cristo não foi totalmente compreendido quer no seu modo de vida, quer na sua Boa Nova, o mesmo acontece com os que se consagram a Ele de corpo e alma.

Bendito e louvado seja Deus que continua a suscitar na Igreja múltiplos caminhos e modos de vida para manifestação da Sua Glória.

Obs: (*)As notas presentes no texto indicam citações do documento da instituição da data comemorativa: MENSAGEM DO PAPA JOÃO PAULO II PARA A CELEBRAÇÃO DO PRIMEIRO DIA DA VIDA CONSAGRADA de 6 de Janeiro de 1997.



ANO NOVO COM TAIZÉ

Rita Gôja

Todos os anos na última semana do ano os irmãos de Taizé deixam a sua pequena aldeia em França e dirigem-se a uma cidade europeia para se encontrar com os jovens cristãos da Europa. No passado ano de 2017, o encontro europeu de jovens foi realizado em Basileia, uma cidade no norte da Suíça que faz fronteira com a Alemanha e com a França. Um encontro especial, que uniu não só jovens cristãos de diferentes nacionalidades e de diferentes igrejas cristãs, mas também uniu três países na organização de um encontro europeu cristão.

Tive o privilégio de ser um dos dezassete mil participantes do encontro e de 28 de dezembro de 2017 a 1 de janeiro de 2018 embarquei nesta grande aventura. Com o receio inicial do desconhecido, rápido percebi que numa destas aventuras é necessário o despreendimento, o coração aberto para aceitar e receber de braços abertos e com gratidão o que vier e o que nos for oferecido.

Fui acolhida em conjunto com mais quatro jovens por uma família suíça, e durante a semana tive o privilégio de estar integrada numa paróquia evangélica. Porque nestes encontros ecuménicos a igreja de cada um é colocada de lado e a fé em Jesus é sobreposta a qualquer diferença. Uma oportunidade para viver, partilhar e conhecer os dons da igreja evangélica, porque embora não seja a minha igreja, consegui sentir a força da fé, da união, da oração e de muitos outros sentimentos bons que me fazem gostar cada vez mais do ser humano.

A organização do encontro não difere dos encontros em Taizé. Orações comunitárias de manhã, à tarde e à noite, grupos de reflexão e os workshops. Com a diferença que tudo se passa em locais espalhados pela cidade o que nos dá a oportunidade de conhecer a cidade e de conhecer um povo com cultura e tradições diferentes do nosso.

Ao fim do dia após a ora-

ção da noite, uma oportunidade para dar um beijinho especial a Jesus junto da cruz de Taizé. Um beijinho tão grande, tão forte, quentinho e carinhoso que valeu cada hora à espera da minha oportunidade, que valeu a viagem de dois dias no autocarro e muitos outros obstáculos que foram sendo ultrapassados durante a viagem.

Ao regressar a casa havia ainda a oportunidade de conviver com a família de acolhimento. E que bons foram estes convívios em que o excelente acolhimento me fez sentir parte da família durante uma semana.

Para passar de 2017 para 2018 rezámos juntos pela paz no mundo e para festejar a entrada em 2018 uma festa dos povos com oportunidade de conhecer outras tradições europeias e com oportunidade para partilhar com os outros o nosso tão famoso regadinho. Para os portugueses uma dupla entrada em 2018, uma vez que na Suíça a diferença horária é de uma hora. À meia noi-

te todos sentimos que ainda faltava uma hora para 2018 o que nos fez atrasar a nossa festa mais uma hora.

Uma semana com a temática da Alegria, uma alegria de preenchimento que apenas pode ser sentida se for em partilha com os outros e com Jesus no coração. Alegria que surge no amor ao próximo, que surge em amizade mútua da partilha, no interesse pelo próximo e não na autossatisfação.

Regressei a Sintra mais rica em conhecimento, mais rica na minha fé e com vontade de viver esta alegria hu-



mana que nos aproxima do próximo e de Jesus.

Para 2018 espera-nos Madrid de 28 dezembro de 2018 a 1 de janeiro de 2019. Além dos encontros habituais em Taizé ao longo do ano haverá mais encontros organizados pela comunidade fora de França. Poderás consultar em:

<https://www.taize.fr/pt>



MAFEP
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

- # Sinalização de Emergência
- # Extinção Automática
- # Detecção de Incêndio
- # Extintores

www.mafep.pt



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Rinite Alérgica - nas estações do ano

No último artigo abordei a rinite alérgica de uma forma geral. Aquela doença que dá nariz entupido, ou com secreções, ou comichão, os espirros repetidos, as olheiras por deficit do sono e outros sintomas ou sinais que incomodam crianças, jovens e adultos. A doença crónica alérgica mais frequente que tem repercussões na vida escolar e no trabalho pelo incómodo constante que provoca. No entanto, chamo a atenção que nem todo o nariz entupido é alergia. Saliento que podem existir outras doenças cujos sintomas são parecidos com a rinite. Por isso, terá de se fazer o diagnóstico diferencial e realizar exames, como os testes cutâneos e outros. Existem, muitas vezes, doenças importantes que acompanham a rinite alérgica, como a conjuntivite, a asma e o eczema que nos ajudam quase a confirmar este diagnóstico, sob o ponto de vista clínico.

Interessa também analisar esta doença de acordo com as estações do ano.

Na **PRIMAVERA** o nível de pólenes atinge na atmosfera o máximo, chamado o pico polínico. Os pólenes são a forma das plantas se reproduzirem. No fim do Inverno as múltiplas plantas que existem no nosso país libertam grãos de pólen para a atmosfera. A

polinização aumenta de Abril a Junho, mantendo-se, embora atenuada, até ao fim do Outono.

Nem todas as plantas provocam alergias. Em Portugal e na zona Mediterrânea a principal causa de alergia a pólenes são as Gramíneas (ou Fenos). São plantas que produzem espiga. As mais conhecidas são o trigo, centeio e o milho, mas, especialmente, as selvagens que não dão para fazer pão. Os grãos de pólen destas plantas são muito leves e, transportados pelo vento, facilmente, até bem longe, podem provocar alergias em pessoas afastadas a kms de distância. Curiosamente, não são as plantas mais coloridas e cheirosas que causam mais alergias. Estas, geralmente, têm grãos de pólen mais pesados que não são levados pelo vento, mas sim transportados por abelhas e outros insectos. Das ervas daninhas, também causadoras de alergias frequentes, destacam-se em Portugal a Erva Parietaria (Alfavaca-de-Cobra): vê-se pendurada a espreitar pelos buracos dos muros. Tem um período de polinização longo, podendo dar alergias da Primavera ao Outono. A Oliveira é outro exemplo de um alérgeno frequente. Mas o azeite e a azeitona não provocam alergias, só o seu pólen.

Os dias piores são os quentes, secos e ventosos, após dias chuvosos. Se voltar a chover os pólenes arrastados pela água, menos concentrados no ar, fazem reduzir as queixas alérgicas.

No **VERÃO**, os níveis atmosféricos dos pólenes mais agressivos começam a baixar e, por outro lado, as pessoas aproveitam esta época para irem para as praias. Junto ao mar essa concentração é muito inferior, donde há menos alergias nesta Estação. Mas há casos de agravamento no **OUTONO**. Porquê? Se as causas se agravam depois de ir para a cama, ou quando se sacodem os tapetes, ou quando o seu filho salta em cima do colchão (é só pó pelo ar) devemos pensar nos Ácaros. Se os sintomas são mais intensos fora de casa, talvez seja a erva parietária a causadora.

Os Ácaros são pequenos animais da família das aranhas que vivem no pó das casas, especialmente nos quartos de dormir. Alimentam-se de restos da nossa pele (!!!!!) e gostam de calor e humidade. O seu habitat são as almofadas, sofás, colchões e alcatifas e tudo o que tenha pó. No **INVERNO**, a principal causa das queixas nasais não são as alergias, embora, por vezes, pareçam. São as infeções virais respiratórias.



Leitores tiveram Formação Litúrgica

Vitor Hilário

Neste Ano Litúrgico em que a Diocese de Lisboa caminha sobre o lema de "**Fazer da Palavra de Deus o lugar onde nasce a Fé** (CS 38)", o Departamento de Liturgia do Patriarcado de Lisboa, promoveu um ciclo de Encontros para Formação de Leitores na Vigararia de Sintra. Integrada nesse ciclo, decorreu sob a orientação do Pe. Pedro Lourenço, na Sala de Conferências Cardeal Policarpo, em S. Miguel no passado dia 19 de Janeiro, uma das sessões.

Estiveram presentes para além do nosso pároco, Pe. Armindo Reis, cerca de 120 pessoas provenientes de várias paróquias da Vigararia de Sintra.

O Pe. Pedro Lourenço, formador na área da Liturgia, iniciou a sua intervenção com uma breve introdução de carácter formativo existente nos Lecionários, abordando igualmente as características e a aptidão que o leitor deve ter para o exercício desse ministério, não deixando de referir a sua preparação espiritual e técnica.

Seguidamente falou-nos do desígnio eterno de salvação que Deus tem para toda a humanidade e da revelação do mistério da Sua comunhão conosco, por meio de Cristo, Verbo encarnado e da importância que a Palavra de Deus tem nesse projeto de salvação. Com efeito, a Palavra de Deus faz parte integrante e essencial da vida da Igreja e, pela sua proclamação, Cristo torna-se presente.

Passando para o tema principal do encontro, o Pe. Pedro Lourenço, passou a falar-nos sobre a Palavra de Deus na Liturgia, começando por destacar a Sagrada Escritura como diálogo de Deus com os Homens em ordem à Salvação (DV2); a Liturgia como momento último da História da Salvação, recordando que Cristo está presente na Liturgia e que o centro da celebração litúrgica e da experiência cristã é o Mistério Pascal de Cristo; a importância e a eficácia da Palavra de Deus que se manifesta na Liturgia, pois ela impregna tudo o que se passa na Eucaristia; os elementos da Liturgia da Palavra, destacando, para além das leituras bíblicas, o silêncio tão necessário na oração para que possamos escutar Deus; e ainda sobre os elementos que contribuem para celebrar condignamente a Liturgia da Palavra, particularmente sobre o ambão e a postura do leitor que ali vai proclamar a Palavra de Deus.

Por último e a terminar, alertou para a necessidade de o leitor preparar sempre, com a devida antecedência, aquilo que vai ler, evitando situações que, num momento de boa disposição, exemplificou com leituras deficientes que fazem rir.



Campanha de recolha de alimentos

Pela comunidade, Vitor Macias (Guia de Comunidade)

No dia 11 e 12 de Novembro do passado ano no encontro de guias, a III secção (Pioneiros) viveu o tema da FAO (Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura) inserido no panorama da ONU. Foi realizado um debate no qual se propôs que todas as comunidades do Núcleo Serra da Lua realizassem uma campanha de recolha de alimentos de forma a combater o principal tópico do debate - a fome - a entregar numa instituição na localidade onde se encontra o agrupamento.

O prazo definido para a en-

trega dos alimentos recolhidos é o próximo dia 22 de Fevereiro, dia simbólico para todos os escuteiros, pois celebra-se o dia de Baden Powell, fundador do escutismo.

Esta campanha vai-se dividir em 4 fases que irão corresponder aos próximos 4 fins-de-semana. Existirão dois momentos de recolha, a formatura dos escuteiros às 15:30 junto à sede de agrupamento e a missa das 19:00 de cada sábado, em São Miguel, para que não só os escuteiros do agrupamento participem nesta campanha como toda a comunidade.

Data Alimentos

20/1/2018
Esparguete e Atum

27/1/2018
Arroz, Farinha, Açúcar

3/2/2018
Salsichas e Cereais

10/2/2018
Leite e Enlatados
(Feijão, Grão...)

*"Procurai deixar o mundo um pouco melhor do que o encontrastes."
Baden Powell*

Peregrinação dos jovens da Unidade Pastoral de Sintra a Taizé

Programa – Participar na vida da comunidade ecuménica de Taizé: reunir-se com os irmãos na oração; juntar-se a pessoas de outros países para grupos de reflexão e de tarefas práticas (servir refeições, lavar loiça, etc.); viver em condições simples.

É um programa que permite redescobrir a presença de Deus na vida do mundo, encontrar paz interior, razões e sentido para viver melhor. Será certamente uma oportunidade de enriquecimento pessoal e de felicidade. Ver <http://www.taize.fr/pt>.

Data: de 1 a 8 de abril de 2018 – Partida do Parque Urbanismo junto aos Correios de Sintra dia 1 (Domingo de Páscoa) às 21:15 e chegada ao mesmo sítio dia 8 pelas 21 h.

Quem pode participar: jovens com mais de 15 anos que demonstrem interesse, vontade e maturidade para esta experiência; adultos; e crianças acompanhadas pelos pais.

Preço: Jovens com menos de 30 anos -150 €; Crianças até 14 anos -130 €; Adultos com mais de 30 anos – 205 €.

Reunião de preparação:
16/03/2018 às 21:15 h na
igreja de S. Miguel.

Entregar a ficha de inscrição aos animadores do Grupo de Jovens até 17 de fevereiro. Pagamento até 24 de março.

Para mais esclarecimentos, contactar os animadores Guida Portugal ou Carlos Macias. ■



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Helena Topa Valentim

O tempo em família

Sabemos que o tempo é uma variável fundamental da vida em família. O “tempo para a família”, que muito nos queixamos de não ter, é a forma mais comum de equacionarmos o binómio tempo e família. Referimo-nos, deste modo e quase sempre, à quantidade de tempo de que dispomos, e que entendemos não ser suficiente. Porém, se a natureza das nossas experiências não é meramente quantitativa, mas qualitativa, o principal desafio que se nos coloca na vida em família é uma modalidade própria de viver o tempo, que passa por darmos valor e dedicarmos atenção às nossas experiências. Essa valorização e atenção intensiva ao que vivemos juntos confere ao tempo uma outra dimensão, menos linear e mais profunda. Teremos a capacidade de dizer a nossa experiência na família, como um momento de verdade, com o sentido do que é vital? O tempo que passamos em família não se reduz a uma sucessão de eventos, a experiências cumulativas que se esgotam em si. Se não é o tempo quantificado o que dá alma ao mundo, também só o tempo qualificado pela experiência do dom – do dom de si, um dom que circula e não se esgota – alimenta a vida em família.

Falando de dom, referimo-nos à gratuidade como experiência central da vida em família. O tempo que passamos com a família tem uma dimensão existencial que não podemos negligenciar, pois abre uma clareira no utilitarismo habitual com que se pensa o tempo e, em consequência, o ser humano. É na família que, pelo cuidado de uns pelos outros, se experimenta e aprende a gratuidade como forma radical de se ser. Por isso, na família, descobrimos ideais e fortalecemos a nossa vontade de um mundo diferente. Ganhamos uma consciência que nos deve levar a repensar, por exemplo, os valores hoje mais valorizados na educação e que não são os mais vitais. A gratuidade do cuidado que funda a vida em família também nos deve fazer repensar o trabalho, que, antes de ser uma atividade remunerada, é trabalho sobre si mesmo para se atingir a humanidade.

O tempo vivido em família, aqueles momentos em que a pessoa é, afinal, mais ela própria, no reconhecimento mútuo, é, deste modo, estruturante pois é neste tempo interno, qualitativamente significativo, que se joga a existência, a relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo. ■



A Faculdade de Teologia, da Universidade Católica Portuguesa, está a organizar um curso e uma Jornada de Estudos Bíblicos sobre ‘As Narrativas da Paixão’, em fevereiro e março, em Lisboa.

O curso decorre nos dias 7, 21 e 28 de fevereiro, entre as 18h15 e 20h30, e a jornada de estudos no mês seguinte, a 2 de março, entre as 10h00 e as 18h00.

No primeiro dia do curso o padre Tolentino Mendonça, vice-reitor da UCP, fala sobre ‘A tradição Paulina’, o segundo tema é ‘a tradição sinótica’, com João Alberto Coreia, e o diretor da Faculdade de Teologia, o padre João Lourenço, apresenta ‘a tradição Joanina’, a 28 de fevereiro.

“As Narrativas da Paixão, textos centrais e fundamentais para toda a experiência cristã, são verdadeiramente a narração dessa vida. A sua leitura, compreensão, oração e celebração são oportunidade para melhor a poder dizer e viver”, explica a organização.

As inscrições para o curso e a jornada de estudos «As Narrativas da Paixão» abrem a partir de 5 de fevereiro e as sessões decorrem no auditório padre José Bacelar e Oliveira, em Lisboa.

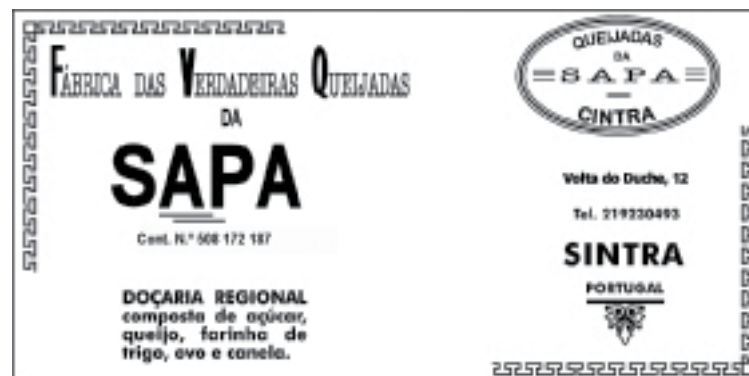
Ag. Ecclesia



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*



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

Volta do Duche, 12
Tel. 219230493
SINTRA
PORTUGAL



**COZINHA
TRADICIONAL
PORTUGUESA**

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

DIA MUNDIAL DO DOENTE

P. João Inácio

Por iniciativa do saudoso papa S. João Paulo II, começamos a celebrar o dia mundial do doente, há vinte e seis anos. O santo padre traçava assim os objetivos fundamentais dessa iniciativa:

1-Sensibilizar o povo de Deus e conseqüentemente as várias instituições de saúde católicas e igualmente a sociedade civil em geral para a necessidade de prestar e garantir a melhor assistência possível aos enfermos, ajudando-os a valorizar quer humana quer espiritualmente o sofrimento;

2-fazer com que as dioceses, as comunidades cristãs, e as famílias religiosas se comprometam na pastoral da saúde com maior empenho;

3-Implementar e incrementar o voluntariado;

4-Recordar a importância da formação espiritual e moral dos agentes de saúde e, por último, fazer com que os sacerdotes em geral e o

párocos em particular, assim como todos os que trabalham junto dos que sofrem, compreendam melhor a importância da assistência religiosa aos doentes.

Volvidos vinte e seis anos, é importante avaliarmos o que foi feito e o que estamos a fazer nas nossas comunidades paroquiais e não só, para estarmos mais próximos dos que sofrem dando-lhes conforto e consolação.

Deixamos aqui um pequeno texto de reflexão, extrato de um artigo tirado do sítio da internet do Patriarcado sobre a pastoral da saúde, intitulado "Será a Doença um bem e a assistência espiritual um discurso à resignação?"

«A vida é relação com Deus e com os outros nossos irmãos. Diz Enzo Bianchi que «a doença é um mal, uma desarticulação do ser a que é necessário resistir». E L. Manicardi defende que a doença é um atentado à

plenitude da vida não só porque implica a diminuição das forças e das capacidades físicas, mas também porque provoca dependências, perturba a vida familiar e afetiva, afasta da vida social e profissional, ameaça a vida, põe em causa a fé. A doença, com efeito, não deriva da vontade de Deus, nem o sofrimento é castigo. Em Deus encontramos vida e saúde.

A solicitude pelos doentes, nas paróquias e nos hospitais (pela presença da Igreja no Serviço de Assistência Espiritual e Religiosa) não é um discurso sobre a bondade do sofrimento, de resignação a um destino incognoscível, ou, ainda, um anúncio de libertação, desejada ou não, do corpo. Associada aos cuidados de

saúde e tendo em conta as possibilidades e limites da condição humana, na realidade, continua a luta de Jesus pela saúde e pela vida.



Mas, para que assim seja, devem os doentes ou seus familiares solicitar os cuidados pastorais da Igreja, na paróquia e, particularmente, no Hospital. Como no tempo de Jesus – eram os doentes que pediam a cura-, também hoje os doentes devem solicitar o conforto pastoral e espiritual da Igreja, a visita do capelão ou assistente espiritual, no Hospital, aos enfermeiros. Tal como Jesus, a Igreja não se impõe. O conforto pastoral e espiritual, no Hospital, é um direito ci-

vico e espiritual dos doentes, e solicitá-lo é defendê-lo.» (Cfr. http://www.patriarcado-lisboa.pt/site/index.p?cont_=40&id=4452&tem=333)

Deixemos que a Palavra Divina nos ilumine e conforte! Sejamos nós também, instrumentos de Deus para a consolação e o conforto de muitos dos nossos irmãos que sofrem.

Nossa Senhora, saúde dos enfermos, rogai por nós!

Nossa Senhora de Lurdes, rogai por nós!

O AMOR É....

P. João Inácio

Irmãos e amigos, caros leitores!

Neste nosso cantinho do jornal dedicado ao ensinamento dos papas, temos vindo a insistir no tema da Palavra de Deus para fazermos sempre um "refresh" (refrescar, estimular) da nossa memória porque, infelizmente para muitas coisas, temos memória curta. Porém, não queremos ser cansativos e pesados para ninguém; pior ainda, não queremos que percam o vosso interesse por este espaço temático de reflexão e de "descanso interior". Assim, mudamos de assunto para falarmos um pouco sobre o AMOR com letras maiúsculas, aquele Amor autêntico que todos buscamos, mas que infelizmente nem sempre acreditamos que somos capazes de o viver.

O apóstolo S. Paulo, na sua primeira carta aos coríntios, dedica o capítulo treze ao Amor (I Cor.13,1-13). Trata-se de um hino ao Amor autêntico que vem de Deus, sem o qual nada tem valor,

nada tem sentido. Na verdade, o Amor verdadeiro é a mola que impulsiona toda a nossa vida; o verdadeiro Amor faz milagres porque Deus é Amor como nos ensina S. João (I Jo.4, 7).

O nosso papa Francisco na Exortação Amoris Laetitia (A Alegria do Amor) ajuda-nos a meditar sobre cada uma das características de que S. Paulo fala sobre o Amor. Hoje ficamos com a primeira: O AMOR É PACIENTE.

«O sentido da palavra PACIÊNCIA encontra-se na tradução grega do texto do Antigo Testamento onde se diz que Deus é «lento para a ira» (Nm 14, 18; cf. Ex 34,). Uma pessoa mostra-se paciente, quando não se deixa levar pelos impulsos interiores e evita agredir. A paciência é uma qualidade do Deus da Aliança, que convida a imitá-Lo também na vida familiar.» (AL.91)

«Ter paciência não é deixar que nos maltratem permanentemente, nem tolerar agressões físicas, ou permitir que nos tratem como



objectos. O problema surge quando exigimos que as relações sejam idílicas, ou que as pessoas sejam perfeitas, ou quando nos colocamos no centro esperando que se cumpra unicamente a nossa vontade. Então tudo nos impaciente, tudo nos leva a reagir com agressividade. Se não cultivarmos a paciência, sempre acharemos desculpas para responder com ira, acabando por nos tornarmos pessoas que não sabem conviver, anti-sociais incapazes de dominar os impulsos, e a família tornar-se-á um campo de batalha.» (AL.92)

Não é verdade que nos queixamos, amiúde, da falta de paciência uns com os outros? Já podemos perceber porquê? Pensemos nisso!

Até à próxima.

Fátima: Formação e vivência espiritual são apostas do Santuário



O Departamento da Pastoral da Mensagem de Fátima, que o Santuário mariano criou, está apostado em, mais do que conhecimentos teológicos e doutrinários, oferecer a vivência da espiritualidade.

“O santuário é um espaço para a experiência de Deus. Cada itinerário inclui a integração dos diferentes espaços, incorpora os seus elementos artísticos, para que cada proposta seja uma verdadeira presença de Deus através das suas muitas formas de manifestação, inclusive da beleza”, apresenta à Agência ECCLESIA, o padre José Nuno Silva, responsável pelo departamento.

O objetivo é que quem participa nestes encontros possa ser “mais capazes de viver uma espiritualidade cristã e eclesial, a partir das coordenadas que a mensagem de Fátima oferece”, integrando a doutrina e partindo das muitas experiências que o local oferece.

Ag. Ecclesia

**Fevereiro
2003**
Ano I
Nº 00

Cruz Alta

Publicação mensal das Paróquias de São Martinho e de Santa Maria e São Miguel ~ SINTRA

1 Cruz

CRUZ ALTA UM ESPAÇO DE PARTILHA

Fevereiro de 2003, mês em que foi lançada a primeira edição do Jornal Cruz Alta. Agora conta com 155 edições e no passado dia 25 de janeiro comemorou os seus 15 anos.

Um projeto que teve início com uma pequena equipa da UPS. O que os movia? A partilha de informação! Informar as nossas comunidades! Oferecer um espaço que nos permita estar mais perto uns dos outros. Explica Miguel Forjaz, colaborador do jornal, que propagar a fé, catequizar e sensibilizar as pessoas para as doutrinas de Cristo é o centro do jornal. Mas nunca foi desejada exclusividade na temática da religião, também desejavam a possibilidade de partilhar assuntos culturais, sociais, curiosidades e, sempre o mais possível relacionados com Sintra. Explica ainda Miguel Forjaz que a informação transmitida deverá ser exposta de forma simples, artigos curtos e esquematizados. No seu caso, enquanto médico de profissão, escreve artigos relacionados com a saúde, porque esta é uma temática de interesse geral que poderá fazer o jornal chegar a mais pessoas além da nossa comunidade. Um jornal cristão de notícias boas e alargado em termos de informação foi o desejo desta pequena equipa que tornou este projeto numa das principais ferramentas de comunicação da nossa UPS.

Conta José Pedro Salema, colaborador do jornal, que arrancar com o projeto foi uma missão difícil. Uma primeira tentativa já tinha sido feita mas sem sucesso. Foi o entusiasmo destes colaboradores que os levou em frente.

Um jornal atualmente gratuito, mas no início, sem dinheiro para se sustentar, foi durante algumas edições vendido. Recorda Mafalda Pedro, colaboradora do jornal, que esta foi uma grande conquista alcançada pela equipa: "chegámos a ter meses de atraso no pagamento, mas a nossa teimosia não nos permitiu parar a publicação. A Paróquia acabou por nos ajudar. Pagámos a dívida, encontrámos uma gráfica em Sintra, mais barata, assinámos bons contratos de publicidade e contamos também com os contributos voluntários dos leitores. Neste momento não somos encargo para ninguém."

Uma equipa que se vai alterando com o tempo, entram colaboradores, saem, momentos mais difíceis, outros mais fáceis. Para Mafalda Pedro a equipa encontra-se a passar um bom momento, "estamos bem organizados, conseguimos cumprir os prazos e lançar o jornal todos os meses, existe muito empenho e muita amizade entre nós." Conta José Salema que o jornal é um espaço de partilha de toda a UPS, "todos os grupos podem e devem usar o jornal para partilhar as suas experiências, todos podem contar as suas histórias." Qualquer um pode ser voluntário na escrita de artigos, seja qual for o tema: cultura, cinema, literatura, desporto, saúde, nutrição, religião, natureza, curiosidades, críticas, opiniões, histórias, desenhos, poemas, etc. Cada um pode escolher, dentro do seu estilo pessoal. O jornal pretende abranger o maior número de temas, atuais, verdadeiros, de uma perspetiva positiva, sem denegrir, e garantir que Deus esteja presente em cada mensagem. Deseja José Pedro

Salema que esta seja uma ferramenta de união entre todas as comunidades da UPS, que seja uma via de comunicação entre nós, uma forma de evangelizar, partilhar, contar, experienciar.

Convidamos todos os leitores e todos os grupos das paróquias a tornarem-se mais ativos na colaboração do jornal. Que sintam também esta nossa vontade de partilhar informação, de poder marcar uma presença nas histórias dos nossos irmãos através da leitura.

Rita Gôja



O que fazer? Pág. 14

Teatro é um sucesso Pág. 16

INAUGURAÇÃO DA IGREJA DE GALAMARES



Foi finalmente inaugurada a tão desejada Igreja de Galamares. “Este dia é uma bênção”: foram palavras que se ouviam a serem entoadas pelas primeiras pessoas ao entrarem pela primeira vez, no novo local de culto da comunidade de Galamares. Dom Joaquim Mendes, Bispo Auxiliar de Lisboa, presidiu à cerimónia de inauguração da Igreja de Galamares, que reuniu perto de duas centenas de pessoas que assistiram à bênção da nova Igreja e dedicação do seu altar. A nova Igreja abriu portas à comunidade num dia “comovente” que vai ficar para a história da localidade e de Sintra.

Foi a concretização de um sonho, que contou com muita dedicação, esforço e empenho de toda a comunidade local, que viu finalmente chegado o momento de ter um espaço condigno para a celebração da Eucaristia. Esperam que este novo templo ajude a comunidade cristã a crescer e que a catequese possa voltar. Um dia especial e muito importante para Galamares.



todos os principais Acordos e Seguros de Saúde



CINTRAMÉDICA

PORTELA DE SINTRA

CONSULTAS E EXAMES

MEDICINA DENTÁRIA

SERVIÇOS DE SAÚDE

ANÁLISES CLÍNICAS

ENFERMAGEM

FISIOTERAPIA

faça a sua marcação online:
cintramedica.pt

 21 910 00 80

MAIS DE 200 PROFISSIONAIS E 100 SERVIÇOS DE SAÚDE AO SEU DISPÔR!

O Rotary Club de Sintra atribui o prémio de profissional do ano aos Irmãos Leonel, José Luís e Jorge da Empresa Luís Simões

Decorreu no passado dia 15 de janeiro no Hotel Tivoli Sintra a cerimónia de entrega do prémio de profissional do ano aos Irmãos Leonel, José Luís e Jorge da Empresa Luís Simões. Este prémio anual é atribuído pelo Clubes Rotários nas suas comunidades, e visa distinguir personalidades que se destacam no contexto profissional onde desenvolvem a sua atividade, mas, também, o sentido ético e humanista que têm ao colocar as suas competências ao serviço da Comunidade e da humanidade, dando sentido a um dos lemas principais do Rotary "Dar de Si antes de pensar em Si". O Rotary Club de Sintra reconhece ambos os valores nos homenageados, salientando o seu apoio a causas nobres, solidariedade e empenho, bem como, a sua participação ativa em projetos de natureza social. No evento, estiveram presentes cerca de 70 pessoas, incluindo Rotários de vários Clubes, familiares e amigos dos homenageados e Colaboradores da Empresa Luís Simões, que deram brilho à merecida homenagem.



Rotary
Club de Sintra 

A. Ribeiro (2018-01-21)

MELHORIAS NO SANTUÁRIO DE SANTA EUFÉMIA DA SERRA

O Santuário de Santa Eufémia tem vindo a receber vários melhoramentos nos últimos anos. Primeiro a pintura do interior da igreja, depois a criação do campo escutista e a remodelação das casas dos romeiros, também para atividades escutistas e pastorais, em que tivemos a ajuda do Orçamento Participativo da Junta de Freguesia e, agora, as obras de requalificação do terreiro na frente da igreja, fruto de um protocolo entre a Paróquia de São Pedro e a Parques de Sintra - Monte da Lua.



O espaço ficou muito agradável e a convidar a uma visita para fazer um pic nic ou espreitar no miradouro que tem uma vista fantástica para o palácio da Pena, para os arredores de Sintra, e também para a linha Lisboa-Estoril e margem sul do Tejo.



O horário de abertura do espaço é entre as 7h e as 20h, todos os dias da semana.

A igreja está aberta aos domingos entre as 15 e as 16h.

Os automóveis agora devem ficar estacionados no parque de estacionamento uns metros antes de chegar ao terreiro, de modo a preservar este espaço de lazer.

Os nossos parabéns a todos os técnicos e trabalhadores que executaram os trabalhos e o nosso agradecimento à administração da PSML que nos vai ajudar também na recuperação da Fonte e Banhos de Santa Eufémia.



O Palácio Visto do miradouro de S. Eufémia



Gota a Gota

Grupo de Ação Social

Artigos doados mês de Janeiro 2018

Artigos	Quantidades
Fraldas Nº2	3
Fraldas Nº4	3
Fraldas Nº5	3
Fraldas Dodot Nº5	3
Toalhas	12
Farinha Láctea	18
Flocos cereais c/Mel	33
Cereais/Corn Flakes	21
Leite UHT-Meio Gordo	213
Fruta Pack 4 Boiões	12
Bolacha Maria	4



O GOTA a GOTA agradece ao Colégio A Formiguinha que, numa ação de **SOLIDARIEDADE** realizada com os alunos, doou os bens do mês de janeiro. **OBRIGADO**



we love image

DESIGN GRÁFICO
COMUNICAÇÃO DIGITAL
BRANDING
PUBLICIDADE



CASA

Restaurante Petiscaria Bar

Rua António Correia de Sá n.º2
Várzea de Sintra
2710-164 Sintra

(Fecha à 3.ª feira)

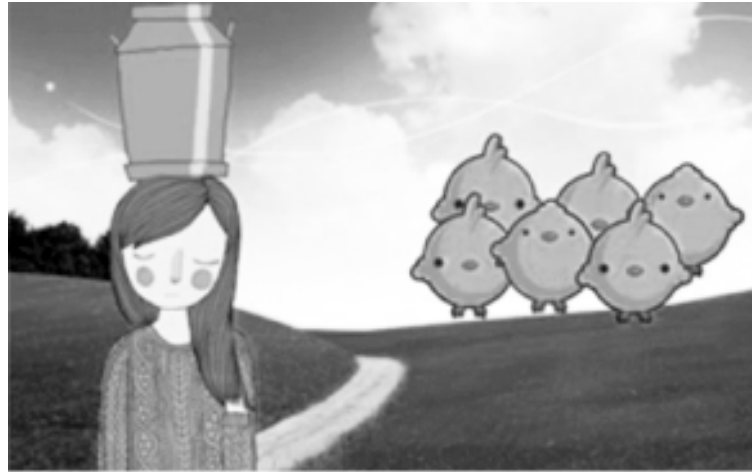
Tel: 219 243 490



Para os mais pequenos

A menina do leite

A menina era só alegria. Era a primeira vez que iria à cidade, vender o leite de sua querida vaquinha. Colocou a sua melhor roupa, um belo vestido azul, e partiu pela estrada com a lata de leite na cabeça. Ao caminhar, o leite chocalhava dentro da lata. A menina também, não conseguia parar de pensar.



"Vou vender o leite e comprar ovos, uma dúzia."
 "Depois, choco os ovos e ganho uma dúzia de pintainhos."
 "Quando os pintainhos crescerem, terei bonitos galos e galinhas."
 "Vendo os galos e crio as galinhas, que são ótimas para botar ovos."
 "Choco os ovos e terei mais galos e galinhas."
 "Vendo tudo e compro uma cabrita e algumas porcas."
 "Se cada porca me der três leitõezinhos, vendo dois, fico com um e ..."
 A menina estava tão distraída em seus pensamentos, que tropeçou numa pedra, perdeu o equilíbrio e levou um tombo. Lá se foi o leite branquinho pelo chão. E os ovos, os pintainhos, os galos, as galinhas, os cabritos, as porcas e os leitõezinhos pelos ares.

Moral da história:
 Não se deve contar com uma coisa antes de consegui-la.

Imagem para colorir



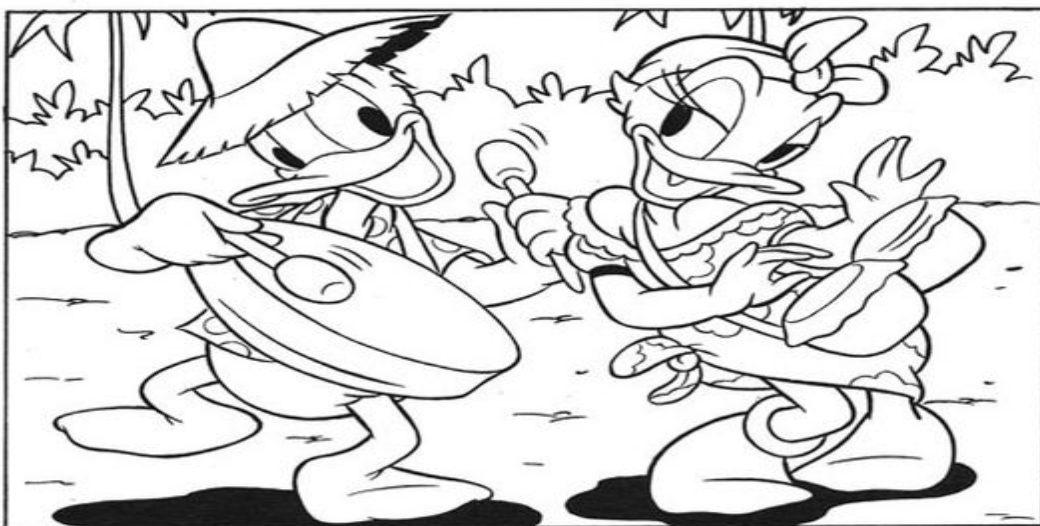
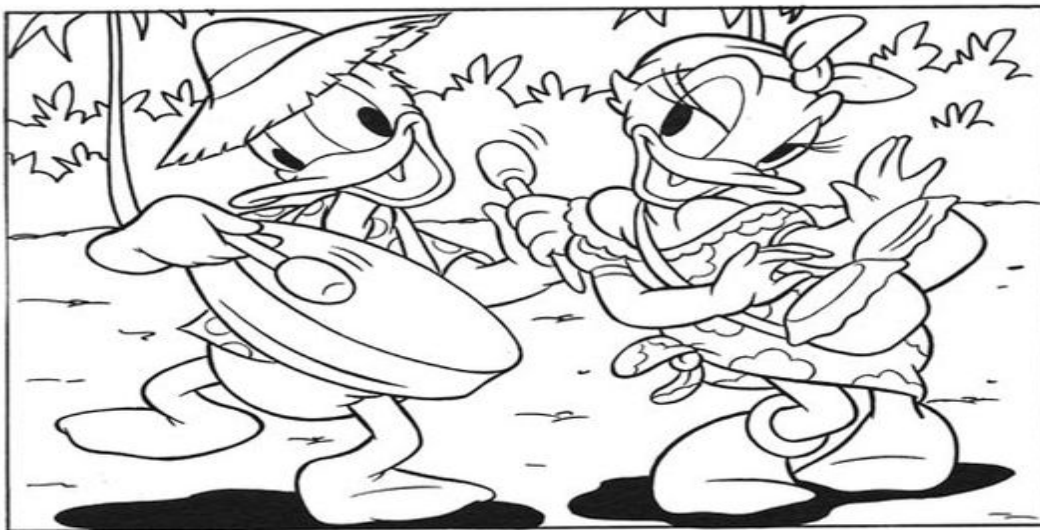
Sopa de Letras

Alimentos - Encontre as palavras na Horizontal, Vertical e Diagonal

I	S	D	O	X	B	I	S	C	O	I	T	O	A	T
I	S	P	B	C	L	E	T	S	A	P	D	G	Q	A
E	U	U	A	H	T	G	Y	Q	P	M	I	E	N	A
T	C	D	T	O	J	I	E	U	Q	E	T	I	Z	X
R	O	I	A	C	B	R	O	A	T	E	M	Z	S	S
U	S	M	T	O	T	L	K	N	V	A	I	Z	A	H
G	V	X	A	L	K	E	A	R	T	P	D	V	L	S
O	A	T	U	A	Z	M	O	I	O	C	H	F	A	Z
I	P	H	G	T	X	S	V	L	E	I	T	E	D	Y
J	O	C	S	E	R	F	E	R	C	X	X	X	A	A

BATATA	LEITE	PUDIM
BISCOITO	MANTEIGA	QUEIJO
BROA	MEL	REFRESCO
CHOCOLATE	PASTEL	SALADA
IOGURTE	PIZZA	

Descobre as 7 Diferenças



Sudoku - puzzle

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

Convertei-vos ao Amor

Teresa Santiago

A Quaresma começa com a quarta-feira de Cinzas, itinerário normal de 40 dias, que nos conduz ao Tríduo Pascal, memória da Paixão, Morte e Ressurreição do Senhor, Mistério da nossa Salvação.

A Quaresma tem uma dimensão Penitencial e Batismal. A Igreja convida os cristãos a tomarem consciência mais viva da obra Redentora de Cristo e a viverem com maior profundidade o próprio Batismo.

A vida do Cristão é vida de fé, alicerçada na Palavra de Deus e por ela alimentada, nas provações da vida e em cada tentação. O segredo da vitória consiste em ouvir a Palavra de Verdade e em rejeitar com determinação a mentira e o mal. Então, converter-se significa deixar-se conquistar por Jesus (Fl 3, 12) e, com Ele "voltar" ao Pai.

O Papa Francisco diz: pecadores sim, corruptos não. Não há nada que Deus não possa perdoar, redimir, menos os idólatras, ou seja, aqueles que se colocam no lugar de Deus.

A conversão exige que nos ponhamos humildemente na escola de Jesus e caminhemos no seguimento dócil dos seus passos. Depois de ter afirmado que "quem quiser salvar a sua vida, perdê-la-á; mas quem perder a sua vida por causa do Evangelho salvá-la-á", Ele acrescenta: "Que aproveita



ao homem ganhar o mundo inteiro, se vier a perder a sua alma?" (Mc 8, 35-36). O caminho quaresmal de conversão torna-se, portanto, a ocasião propícia, "o momento favorável" (2 Cor 6,2). Para renovar o nosso abandono filial nas mãos de Deus e para pôr em prática quanto Jesus continua a repetir-nos: "Se alguém quiser vir após Mim, negue-se a si mesmo, tome a sua cruz e siga-Me" (Mc 8, 34), e deste modo progride-se no caminho do Amor e da verdadeira felicidade.

Querem ouvir dizer que Deus é Amor e Misericórdia, mas não querem converter-se. O Amor e a Misericórdia não estão separados e a conversão é uma busca radical pelo Senhor. A conversão é uma maneira muito concreta para voltar para o Senhor com todo o coração, retomar o caminho de suas veredas. Porém, a conversão dá-se numa vida de procura do


Senhor, de renúncia das coisas que levam ao pecado. Na vivência do Evangelho, Jesus precisa ser o centro da nossa vida: todos nós estamos continuamente em processo de conversão, isto é, dessa volta para o Senhor.

Precisamos dizer que não queremos outra vida, a não ser seguir a voz do Senhor, fazer a vontade d'Ele, mesmo que venhamos a ser criticados, perseguidos, pois a vida é garantida para quem busca o Senhor Deus com o coração numa vida nova. Recomeçar todos os dias, pela mudança diária e, principalmente, pela vida de oração e a busca do Senhor e abandono da vida velha.

É o próprio Senhor que o declara: "convertei-vos ao Senhor, vosso Deus, porque Ele é clemente e compassivo" e Ele mesmo, por sua vez, compreende e perdoa.

Como é importante para o nosso tempo, descobrir que só Deus responde à sede que está no coração de cada homem (Papa Bento XVI).

Intenção do Papa



Fevereiro 2018

Não à Corrupção:
"Para que aqueles que têm poder material, político ou espiritual, não se deixem dominar pela corrupção."

*"Na certeza de que a graça de Deus toca os corações que se voltam para Ele, rezar, sozinho ou em grupo, por todos os que têm poder civil, político ou religioso, para que não se deixem dominar pela corrupção."
 (in Mensageiro do CJ)*



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção 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 - Fevereiro 2018 - Ano B

Calendário Litúrgico - Fevereiro 2018 - Ano B				
	Dia 4	Dia 11	Dia 18	Dia 25
	V DOMINGO T. Comum	VI DOMINGO T. Comum	I DOMINGO QUARESMA	II DOMINGO QUARESMA
	Job 7, 1-4.6-7	Lev 13, 1-2.44-46	Gen 9, 8-15	Gen 22, 1-2.9a.10-13.15-18
	«Agito-me angustiado até ao crepúsculo»	«O leproso deverá morar à parte, fora do acampamento»	«A aliança de Deus com Noé, salvo das águas do dilúvio»	«O sacrifício do nosso Patriarca Abraão»
Salmo	146, 1-2.3-4.5-6	31, 1-2.5.7.11	24, 4bc-5ab. 6-7bc. 8-9	115, 10 e 15. 16-17.18-19
	"Louvai o Senhor, que salva os corações atribulados."	"Sois o meu refúgio, Senhor; dai-me a alegria da vossa salvação."	"Todos os vossos caminhos, Senhor, são amor e verdade."	"Caminharei na terra dos vivos, na presença do Senhor."
Leitura II	1 Cor 9, 16-19.22-23	1 Cor 10, 31 – 11, 1	1 Pedro 3, 18-22	Rom 8, 31b-34
	«Ai de mim se não evangelizar!»	«Sede meus imitadores, como eu o sou de Cristo»	«O Baptismo que agora vos salva»	«Deus não poupou o seu próprio Filho»
Evangelho	Mc 1, 29-39	Mc 1, 40-45	Mc 1, 12-15	Mc 9, 2-10
	«Curou muitas pessoas, atormentadas por várias doenças»	«A lepra deixou-o e ele ficou limpo»	«Era tentado por Satanás e os Anjos serviam-n'Ó»	«Este é o meu Filho muito amado»

QUARESMA



"Quaresma é um tempo de especial graça, é tempo favorável para nos convertermos..."

SERVIÇO PASTORAL E LITÚRGICO - Fevereiro

MISSA DOMINICAL	
SÁBADO (Missa Vespertina)	
16H30	Igreja de Galamares
16H30	Igreja de Manique de Cima
18H00	Igreja de S. Pedro
18H30	Linhó (Convento das Irmãs Doroteias)
19H00	Igreja de S. Miguel

DOMINGO	
09H00	Igreja de S. Mamede de Janas
09H00	Capela da Abrunheira
10H00	Igreja de S. Martinho (rito biza./Ucran.)
10H15	Igreja de Lourel
10H15	Capela da Várzea (Bairro CHESMAS)
10H15	Igreja de S. Pedro
11H30	Igreja de S. Miguel
12H00	Linhó (Convento Ir. Doroteias)
12H00	Ramalhão (Convento Ir. Dominicanas)
17H00	Monte Santos (Mosteiro Ir. Clarissas)
19H00	Igreja de S. Martinho

MISSA FERIAL*						
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado (Missa Ferial)
07H30	Monte Santos					
09H00		Igreja S. Miguel			Igreja S. Miguel	Monte Santos
11H00			S. Pedro	S. Pedro		
12H00						Ramalhão
17H30		Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	
18H15	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	
18H30	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
19H00	Igreja S. Miguel	Igreja S. Pedro	Igreja S. Miguel	Igreja S. Miguel	Igreja S. Pedro	
19H30			Igreja S. Martinho (em Ucrainiano)			

*De 2ª a 6ª feira, em S. Pedro e S. Miguel há possibilidade de atendimento de confissão após a missa da manhã e 30 minutos antes da Missa da tarde.

1 – Quinta-feira da semana IV

15.00h Missa Lar Cardeal Cerejeira
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.00h Reunião da Equipa Formadora CPM
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel
21.00h Vigília pelos Consagrados em Lisboa

Dia 2 – 6ª-feira da semana IV – Dia do Consagrado

09.30h Expo. do SSmo. em S. Miguel
18.00h Expo. do SSmo em São Pedro
21.00h Formação eq. de acolhimento, em S. Miguel
21.15h Grupo de Jovens

Dia 3 – Sábado da semana IV

17.15h Catequese de S. Miguel c/ miss. combonianos
21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 4 – Domingo V do Tempo Comum

10.00h Catequese da Abrunheira c/ miss. combonianos
10.30h Catequese do Linhó c/ miss. combonianos
11.15h Catequese do Lourel c/ miss. combonianos
14.30h Jovens Sem Fronteiras em S. Miguel

Dia 6 – Terça-feira da semana V

11.00h Missa no Lar de Galamares
21.00h Oração com Grupo Nazaré
21.00h Reunião de Secretariado Permanente

Dia 7 – Quarta-feira da semana V

21.30h Ultreia em Cascais

Dia 8 – Quinta-feira da semana V

15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 9 – Sexta-feira da semana V

21.00h Início do CPM para noivos, em S. Miguel
21.15h Grupo de Jovens
21.30h Caminhada Penitencial – Cursilho nº 471- S de S. Martinho a Santa Maria e Missa no final

21.30h Reunião Catequistas 8ºano no Algueirão

Dia 10 – Sábado da semana V – Não há Catequese

21.00h Formação p/ SACRAMENTOS da INICIAÇÃO
21.30h Reunião de pais p/ preparação de Batismos

Dia 11 – Domingo VI do Tempo Comum

13.00h Almoço na Abrunheira

Dia 13 – Terça-feira da semana VI - ENTRUDO

21.00h Conversas sobre Deus e a Igreja na Várzea(?)

Dia 14 – QUARTA-FEIRA DE CINZAS

11.00h Missa das cinzas em S. Pedro
17.30h Missa das cinzas em Monte Santos
18.00h Missa das cinzas no Ramalhão
19.00h Missa das cinzas em S. Miguel
21.00h Conversas sobre Deus– Linhó e S. Miguel(?)

Dia 15 – Quinta-feira depois das Cinzas

15.00h Missa Lar do Oitão
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro
21.30h Reunião Equipa de Coordenação de S. Miguel
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 16 – Sexta-feira depois das Cinzas

10.00h Reunião do Clero da Vigararia em Mira Sintra
21.15h Grupo de Jovens

Dia 17 – Sábado depois das Cinzas

19.00h Missa em S. Miguel – eleição catecúmenos

Dia 18 – Domingo I da Quaresma

Retiro de casais das ENS – Sintra C

Dia 19 – Segunda-feira da semana I

Início do retiro do clero (PJD)

Dia 20 – Terça-feira da semana I

21.00h Oração com Grupo Nazaré
21.00h Reunião de direcção CNE

Dia 21 – Quarta-feira da semana I

16.00h Missa em alemão, em S. Pedro
21.00h Reunião Geral de Catequistas (?)
21.00h Oração dos Jovens em Mira Sintra
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 22 – Quinta-feira da semana I

15.00h Missa no Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra na Abrunheira
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 23 – Sexta-feira da semana I

21.15h Grupo de Jovens
21.30h Vigília das Promessas do CNE em Janas
21.30h CONFERÊNCIA: “Da escuta da Palavra de Deus à Caridade com os pobres”, na igreja de Rio de Mouro

Dia 24 – Sábado da semana I

14.00h Encontro Vicarial da Catequese em Aqualva
19.00h Missa em S. Miguel (com promessas dos Escuteiros)

Dia 25 – Domingo II da Quaresma – Semana da Cáritas

12.30h ALMOÇO da UPS (Janela), a favor do Lourel
16.00h Nomeação de novos Ministros da Comunhão para a UPS na Sé de Lisboa

Dia 27 – Terça-feira da semana II

21.00h Conversas sobre Deus e a Igreja na Várzea
21.00h Adoração ao Santíssimo com Grupo Nazaré

Dia 28 – Quarta-feira da semana II

21.00h Conversas sobre Deus– Linhó e S. Miguel
21.30h Ultreia em Cascais

PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

10 Mar: Encontro Dioc. Past. Litúrgica – Portela de Sacavém
18 Mar: Retiro Quaresmal da UPS, 9.30 h - 16.30h
23 Mar: Celebração da Reconciliação
29 Mar: Início do Tríduo Pascal



O paradoxo da abundância

Luis Leitão

...“Talvez não nos tenhamos preocupado o suficiente por quantos sofrem de fome”... Papa Francisco, “Evangelho da Nova Vida”. O pobre, o excluído, o descartado, o marginalizado, o exilado...

“Pede-nos dignidade não esmola” Papa Francisco, Ev. Nova Vida.

...“As pessoas e os povos exigem que se ponha em prática a justiça; não só a justiça legal, mas também a contributiva e distributiva”...Papa Francisco. Ev. Nova Vida.

“O Santo Padre João Paulo II, na inauguração da Primeira Conferência sobre alimentação, em 1992, advertiu a comunidade internacional acerca do risco do «paradoxo da

abundância», há alimentos para todos, mas nem todos podem comer, enquanto o desperdício, o descarte, o consumo excessivo e o uso de alimentos para outros fins estão diante dos nossos olhos. Eis o paradoxo! Infelizmente, este «paradoxo» continua a ser atual. Há poucos temas sobre os quais se exibem tantos sofismas como a fome; e poucos argumentos tão suscetíveis de serem manipulados pelos dados, pelas estatísticas, pelas exigências de segurança, pela corrupção ou por uma chamada dolorosa à crise económica. É este o primeiro desafio que deve ser superado.” Papa Francisco.-Ev. Nova Vida

“O segundo desafio que

deve ser enfrentado é a falta de solidariedade «a solidariedade coletiva só funciona na tragédia, mas no dia-a-dia é uns a ver e outros a sofrer» -Jorge Sampaio ex-presidente da República, em entrevista ao Expresso de 21-01-18. Uma palavra que no fundo de nós, suspeitamos ter de eliminar do dicionário. As nossas sociedades caracterizam-se por um individualismo crescente e pela divisão; isto acaba por privar os mais débeis de uma vida digna e por provocar revolta contra as instituições. Quando num país não há solidariedade, «solidariedade constante», todos se ressentem disso. De facto a solidariedade é a atitude que faz com que as pessoas sejam capazes

de ir ao encontro do outro e de fundar as suas próprias relações recíprocas naquele sentimento de fraternidade que vai para além das diferenças e dos limites, e leva a procurar juntos o bem comum”. Papa Francisco. Ev. Nova Vida.

Temos a obrigação de nos ajudarmos uns aos outros.

“Uma fonte inexaurível de inspiração é a lei natural, inscrita no coração humano, que fala uma linguagem que todos podem compreender: amor, justiça, paz, elementos inseparáveis entre si.” Papa Francisco. Ev. Nova Vida.

Todos nós somos cha-

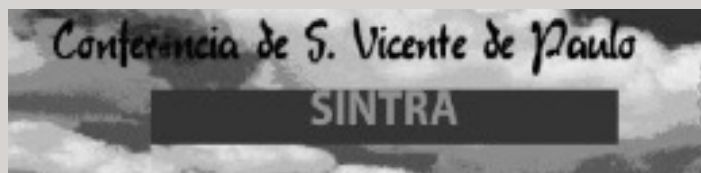


mados a acolher e cultivar estes valores.

“Cada mulher, homem, criança ou idoso deve poder contar com estas garantias em toda a parte” Papa Francisco. Ev. Nova Vida.

Convido homens de boa vontade à busca de um sistema equitativo, que promova um sistema de solidariedade constante à vida dos pobres.

Acredito que é possível...mas há um senão: mudarmos de mentalidade...nada que não se resolva com informação e publicidade.



O TIJOLO

O pedreiro deitava o tijolo na camada de cimento.

Manejando a pá com segurança, lançava -lhe por cima outra camada

E, sem lhe pedir opinião, punha por cima outro tijolo.

As paredes cresciam a olhos vistos,

A casa ia elevar-se, alta e sólida, para abrigar os homens.

Tenho pensado, Senhor, nesse pobre tijolo, enterrado, noite dentro, ao pé da grande casa.

Ninguém o vê, mas ele desempenha bem o seu papel e os outros precisam dele.

Senhor, que importa que eu esteja no cimo da casa ou nos seus alicerces, contanto que eu seja fiel, bem no meu lugar, na Tua construção.

Michel Quoist, in “Poemas para rezar”, 1970



Poesia

Maria de Lurdes Maceira

Um terno amor

A vida tornou-se bela,
Duma beleza sem par,
O que é amar?
Felicidade singela,
Cheia de luz a brilhar,
Deu-ma um olhar.

Via-te sempre apressado,
Num doce afã.
Sorrias, já confiado,
Para amanhã.

Mas eu pensei que não vias
Minha ternura.
E, afinal, já sabias
Desta loucura!

Tudo foi simples, singelo.
Falámos pouco,
O mundo ficou mais belo.
Meu peito louco.

Vivemos os dois, agora,
Um terno amor.
Brilhou para nós a aurora
Com seu ardor.



Notícias N. Sr^a do Cabo

CRIADA CONFRARIA DO GIRO DOS SALOIOS DE NOSSA SENHORA DO CABO ESPICHEL

O Círio dos Saloios terá sido iniciado por volta de 1430. Na sua longa história já teve várias formas de organização, algumas em forma de confraria, mas nas últimas décadas não tinha qualquer organização formal. Ao recebermos a veneranda Imagem em São Pedro sugerimos que se voltasse a criar uma confraria para facilitar algumas decisões que se sentiam necessárias entre as paróquias que recebiam a Imagem.

Depois de várias reuniões com pessoas das comissões de festas das paróquias que integram o giro, realizadas em Loures, foi decidido criar esta confraria, de modo a poder gerir a ordem do giro e administrar o património que o Círio integra.

No passado dia 3 de Janeiro de 2018 foi criada canonicamente pelo Senhor Cardeal Patriarca D. Manuel Clemente e registada no Registo Nacional de Pessoas Coletivas a "Confraria do Círio dos Saloios de Nossa Senhora do Cabo Espichel". Os Estatutos da Confraria foram aprovados pelo Vigário Geral do Patriarcado de Lisboa, Cónego Francisco José Tito Espinheira, por mandato especial do Senhor Cardeal-Patriarca.

Entretanto foi proposta ao Senhor Patriarca uma Comissão Instaladora que irá convocar a Primeira Assembleia Geral da Confraria onde irá



ser votada a lista, que será proposta, uma vez mais ao Senhor Patriarca, para que sejam nomeados os Órgãos Sociais. Dessa Comissão Instaladora, em representação das paróquias da Unidade Pastoral de Sintra, fará parte o Luís Diniz que já integrou diversas comissões de festas.

Caberá à Comissão Instaladora promover a inscrição de Irmãos Romeiros que possam formar listas que se candidatem ao governo da Confraria e participar na As-

sembleia Geral, a convocar, onde será feita a votação.

Para ser Irmão Romeiro é preciso ser católico, devoto de Nossa Senhora, e pagar uma pequena quota anual. Quem quiser fazer parte da fundação da Confraria poderá contactar o Luís Diniz nos próximos dias.

A primeira Assembleia será realizada na Paróquia de Belas, que ficará sede da Confraria.



UNIDADE
PASTORAL
DE SINTRA



"As nossas almas devem ser como um cristal transparente através do qual se pode ver

Deus"

Visite a nossa página na Internet:

<http://www.paroquias-sintra.pt/>
<https://www.facebook.com/UPSintra>

Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRISTÃ DE SINTRA

Av. Adriano Júlio Coelho, 3 - Estefânia - 2710-518 SINTRA
cruzalta@paroquias-sintra.pt
Tel: 219 244 744 - 966 223 785



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

Horário do Cartório

2.^a Feira, das 16h às 18h
3.^a a 6.^a Feira: das 10h às 12h e 16h às 18h
Sábado, das 17h às 18h30

Web: www.paroquias-sintra.pt
Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

Ficha Técnica

Nº DL 355534/13

Direção:

P. Armindo Reis; P. Jorge Doutor;
Mafalda Pedro; Graça Camara de Sousa;
Álvaro Camara de Sousa;
José Pedro Salema.

Colaboração:

Miguel Forjaz - Rita Gôja

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema; Pedro Martins;
Rita Torres.

Revisão de textos:

Graça Camara de Sousa

Área Financeira

Mafalda Pedro

Distribuição:

João Valbordo; Manuel Sequeira

Publicidade:

Graça e Álvaro Camara de Sousa
926 890 565
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.pt

Impressão:

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



SÃO PAULO MIKI, E SEUS COMPANHEIROS

Assim ficou conhecido este Mártir do séc. XVI, nascido no Japão em 1565. Filho de um militar, membro de uma família Samurai.

Alguns anos antes tinha chegado ao Japão um grande evangelizador, São Francisco Xavier, e a fé cristã estava em avançado crescimento naquele país do continente asiático a que apelidaram de Império do Sol Nascente.

Paulo Miki, deixou-se encantar pelo amor de Deus e sentiu-se tocado pelo chamamento ao seu serviço, ingressando na Companhia de Jesus e sendo depois ordenado sacerdote jesuíta.

Não foi fácil a caminhada que fez em nome de Jesus e do Evangelho, porque o Japão não tinha raízes cristãs, apesar de todo o louvável percurso dos que o antecederam na fé. Nada o demoveu durante as perseguições que começaram aos cristãos e após algum tempo foi preso com os seus companheiros. O imperador ordenou que o cristianismo saísse do Japão e muitos religiosos, de várias congregações, foram resistentes, incluindo Paulo Miki.

O martírio não tardou; primeiro apanharam um grupo de franciscanos e em seguida os jesuítas. Arrastaram-nos pelas ruas, torturaram-nos e humilharam-nos até chegarem ao lugar onde os iriam crucificar - entre eles alguns jovens adolescentes que professavam a sua fé em Cristo. O lugar onde tudo aconteceu, ficou conhecido como Monte dos Mártires. Tudo aconteceu a 5 de fevereiro de 1597, na cidade de Nagasaki.

E assim se interrompeu um caminho que se estava a

abrir no Japão, de evangelização cristã; durante mais de dois séculos, este país nipónico, acreditou, praticou e alimentou de forma clandestina, sem nunca se desmotivar, os valores de Cristo, deixados por estes e outros mártires que deram a vida pelo amor que tinham a Jesus.

A partir do momento em que o Japão se volta a abrir e a tolerar o cristianismo, as igrejas recomeçaram, nova vida nasceu e



deu frutos naquele país, inclusive em Nagasaki, terra do martírio.

O Papa Pio IX, canonizou São Paulo Miki e seus companheiros, no domingo de Pentecostes de 1862.



ALMOÇO JANELA

DOMINGO, 25 / 02 / 2018
(a partir das 12H30)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

EMENTA

⇒ Entradas: Presunto, azeitonas e manteigas
⇒ Sopa de legumes

⇒ **LOMBO DE PORCO assado com puré**
OU

⇒ **ARROZ DE POLVO, com salada mista**

⇒ Sobremesa: Bolo, doces, frutas variadas e café

É necessária marcação, faça já a sua, através do Cartório, Telef: 219 244 744 ou 966 223 785
E-Mail: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

A receita reverte a favor das obras da IGREJA DO LOUREL

(Próximos almoços reverterão a favor de igrejas da UPS em obras)

À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



O Cruz Alta dedica esta secção à descoberta do nosso património, por vezes pouco apreciado por quem está tão próximo dele. Em cada jornal é publicada a fotografia de uma peça ou de um pormenor arquitetónico, sem identificação do local, com o intuito de que o leitor descubra onde se encontra e o passe a valorizar.

No mês anterior a fotografia publicada era da Cruz em pedra no cimo da frontaria da igreja de São Pedro.



A FUNERÁRIA
São João das Lampas

QUINTINO E MORAIS
25 Anos

Funeral Social 356,20 € • Funeral Económico 676 €

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

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

Filial Mem Martins
R. do Moinho de Fanares, 10
Mem Martins
Tel.: 21 921 43 40

ATENDIMENTO
PERMANENTE
808 201 500

Brevemente
na Terragem

www.funerariaquintinoemoraais.pt • E-mail: quintinoemoraais@mail.telepac.pt