



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta

Março
2018
Edição nº 156 - Ano XVI
Diretor: P. Armindo Reis
www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita

QUARESMA 2018
 "RECONCILIAI - VOS COM DEUS E COM OS IRMÃOS!"
 PÁGINAS 3 E CENTRAIS

24 Horas
para o Senhor
9 e 10 de Março

Página 4

Encontro Cristão
Reportagem

Páginas Centrais

Viagem ao
Sul da Missão

Página 15

RETIRO
QUARESMA
 18 DE MARÇO
 PÁGINA 3

São Marcos e o
Segundo Evangelho

Página 7

Informação para
turistas nas Igrejas
históricas de Sintra

Página 3



Editorial

José Pedro Salema

Finalmente a Vida!

Aquele "bom ladrão" Cristo, na hora de morrer, respondeu: "... hoje mesmo estarás comigo no Paraíso!"

Que bom que é ter Alguém assim, que mesmo quando me sinto pequenino e cheio de maldade, me acolhe com tanta doçura e carinho para Sua casa, para fazer parte da Sua Família!

O que se está a passar naquele momento corresponde ao culminar da vida terrena de Jesus. Que começou no Batismo, com o início de uma Vida Nova, cheios do Espírito Santo, cujo caminho nos conduz à cruz, única maneira de encontrarmos Deus, o nosso Pai do Céu!

Ali, no alto daquela cruz, está a passar-se o grande mistério da Vida - a Morte e a Ressurreição!

O ladrão pede a Jesus que se lembre dele na hora da morte. Tal como nós...

Em cada Eucaristia que vivemos, pedimos isso mesmo, que Jesus aceite todos os meus pecados, no ofertório, os transforme no Seu Corpo e Sangue, na consagração, e que, elevando a nossa fé, por ser sinal de vida, por vir de QUEM É VIDA, nos ofereça o Seu alimento, para nos dar um sentido profundo, de que fazemos parte do mundo.

Tal como ao bom ladrão Jesus está constantemente de volta de nós, convidando-nos a transformar a nossa



vida, a vivermos com Ele a nossa verdadeira ressurreição, onde encontraremos o Seu amor, e aquele desejo enorme de ir ao encontro de Deus, do Pai do Céu!

Se estivermos atentos ao quotidiano, se vivermos intensamente o dia de hoje, se valorizarmos os pequenos gestos, as pequenas atenções, os sorrisos, mesmo que suaves, então podemos sentir a Vida a passar por nós.

Nesta Páscoa, que eu consiga, assim como cada um de nós, acreditar que vou renascer para a vida, a Vida intensa que Deus Criador nos concedeu, nos entregou, e que constantemente desperdiçamos.

Nesta Páscoa, meu Deus, que eu encontre o significado da ressurreição e que entenda porque Cristo morreu na cruz! Ele venceu a morte, para que eu tenha finalmente Vida!



Os Nossos Padres

Pe. João Inácio

«...ensinem as pessoas a adorar em silêncio»

Uma saudação cordial e fraterna!

O tema que proponho para a nossa reflexão surgiu através de uma notícia que li na internet e que dizia: «Papa pede aos novos sacerdotes que «ensinem as pessoas a adorar. Muitas vezes penso que nós não ensinamos o nosso povo a adorar. Sim, ajudamo-lo a rezar, a cantar, a louvar a Deus, mas a adorar... ensinem as pessoas a adorar em silêncio». (cfr. <http://www.agencia.ecclesia.pt>). Foram palavras proferidas numa homilia da eucaristia celebrada com um grupo de novos sacerdotes na capela de Santa Marta no passado dia 5 de fevereiro.

Tendo em conta o tempo litúrgico da Quaresma que estamos a viver, falemos um pouco da oração e suas tipologias. Vamos socorrer-nos do Catecismo da Igreja Católica na sua primeira secção sobre a oração na vida cristã, nºs 2558-2756.

O Catecismo da Igreja Católica oferece-nos uma bela e profunda definição da oração que é da autoria de Santa Teresa do Menino Jesus, grande mística e doutora da Igreja. Dizia ela: «Para mim, a oração é um impulso do coração, é um simples olhar lançado para o céu, é um grito de gratidão e de amor, tanto no meio da tribulação como no meio da alegria».

De facto, afirmar que a oração é um impulso, um olhar, e um grito, é dizer que ela é algo que nasce de modo espontâneo e que envolve todo o nosso ser, toda a nossa vida, a oração é a vida do coração novo. Importa lembrar que, sem fé não podemos rezar, porque é a fé que nos abre para Deus; ela torna-nos sensíveis aos sinais do divino na nossa vida, sintoniza-nos com Deus. Neste sentido, a oração é um Dom de Deus, porque a fé é também um dom.

Às vezes sentimos que não sabemos rezar como deve ser. Ora São Paulo diz-nos que «o Espírito vem em auxílio da nossa fraqueza, pois não sabemos o que havemos de pedir; o próprio Espírito intercede por nós com gemidos inefáveis» (Rom.8, 26-27); é o mesmo Espírito que inspira em nós o sentimento filial para com Deus: Abbá, Pai.(cfr.Rom. 8, 15).

Rezar é um exercício de humildade, porque deixamos Deus ser o centro da nossa vida; a humildade leva-nos a tomar consciência da nossa condição de mendigos de Deus.

Os tipos de oração são as diversas maneiras como nos aproximamos de Deus, os diversos modos de diálogo com o Pai do Céu. Desse modo, a oração pode ser: *Oral ou Vocal, Meditação, Contemplação, Petição, Intersessão,*



Ação de graças, Louvor ou Adoração. Sobre cada uma delas falarei nos próximos números.

Concluo a minha reflexão fazendo referência às dificuldades e às tentações que sentimos na vida de oração. Com alguma frequência sentimos que a nossa oração não nos satisfaz, temos a sensação de aridez, distraímos-nos e não nos sentimos motivados. Nestes casos devemos pedir que o Senhor aumente a nossa fé, pois que a falta dela ou a sua debilidade, leva ao relaxamento da ascese que produz o desânimo. É por estes sinais que nos damos conta das tentações para abandonarmos a vida de oração alegando falta de tempo. Há ainda que ter em conta que, quando a nossa oração não é atendida como desejamos, a nossa confiança filial para com Deus fica abalada. É necessário perseverarmos nestas situações. Por outro lado, a escuta atenta da Palavra de Deus é a mola que impulsiona a nossa vida de fé e a nossa oração; A Palavra é o lugar onde nasce a fé.

Até breve!



A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

O silêncio na Missa

O Papa Francisco disse, no dia 10 de Janeiro, no Vaticano que é necessário respeitar o "silêncio" previsto em vários momentos da celebração da Missa, deixando votos de que a Liturgia possa ser para todos "escola de oração".

"Sem este silêncio, arriscamo-nos a descurar o recolhimento da alma", assinalou, na audiência geral que reuniu milhares de pessoas no auditório Paulo VI.

Francisco deixou em parti-

cular uma recomendação aos sacerdotes, para que celebrem "sem pressa" e "procurem observar este momento de silêncio", falando da chamada 'oração colecta', que inclui os ritos introdutórios da Missa.

"O silêncio não se reduz à ausência de palavras, mas antes à predisposição de escutar outras vozes: a do nosso coração e, sobretudo, a voz do Espírito Santo", precisou.

O pontífice sublinhou que, ao ouvir a sua alma, cada um

pode abri-la a Deus, depois de dias de "cansaço, de alegria, de dor" invocando a ajuda divina.

"Talvez tenhamos familiares e amigos doentes ou que atravessam provações difíceis; desejamos confiar a Deus os destinos da Igreja e do mundo. É para isto que serve o breve silêncio, antes que o sacerdote, recolhendo as intenções de cada um, exprima em voz alta para Deus, em nome de todos, a oração comum", explicou.



O Papa falou ainda do 'Glória', um "hino antiquíssimo" com que a comunidade católica manifesta a sua "gratidão" a Deus.

Deixou ainda o convite a meditar nas orações "concisas, mas ricas de significado" do Rito Romano.

Estamos a viver a Quaresma no seu início será bom levar à prática estes reparos do Papa para uma maior vivência da Missa.

(In, *Semanário "A Defesa"* 17Jan.2018)

 Prepare a Páscoa reconciliando-se com Deus e com os outros!
Celebrações da Reconciliação (Confissões)

IGREJAS PAROQUIAIS: para toda a Unidade Pastoral de Sintra	
Igreja de São Martinho	21 de Março, 4ª feira, 16.00-17.00h
Igreja de São Pedro	Antes ou depois das Missas feriais
Igreja de São Miguel	9-10 Março: 24 HORAS PARA O SENHOR com Adoração e Confissões desde as 20h de Sexta até às 18.30h de Sábado
	23 de Março: CELEBRAÇÃO PENITENCIAL, 6ª feira, às 21.00h- PARA TODA A UPS (e antes ou depois das Missas feriais)

Confissões para a CATEQUESE, JOVENS E ESCUTEIROS	
Igreja de São Pedro	17 Março, Sábado, 15.00h
Igreja de São Miguel	24 Março, Sábado, 10.30h

PARA QUEM NÃO SE PUDER DESLOCAR ÀS IGREJAS PAROQUIAIS:	
Igreja de Galamares	10 Março, Sábado, 15.30h
Igreja de Janas	11 Março, Domingo, 10.00h
Capela da Várzea	14 Março, 3ª feira, 16.00h
Capela da Abrunheira	15 Março, 5ª feira, 16.00h
Igreja de Manique de Cima	17 Março, Sábado, 17.15h
Igreja de Lourel	22 Março, 5ª feira, 15.30h
Capela do Linhó	22 Março, 5ª feira, 17.00h



Retiro Quaresmal
Unidade Pastoral de Sintra

Orientado pela Irmã Luísa Almendra

Religiosa do Instituto das Religiosas do Sagr. Coração de Maria
Professora de Teologia Bíblica na Universidade Católica.

18 de Março de 2018
das 9:30 às 16:30 (inclui Eucaristia e almoço)
no Centro Pastoral da igreja de São Miguel de Sintra

Inscrições no Cartório Paroquial:
Tel.: 219 244 744 || 966 223 785
Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

 MUPI's colocados junto aos principais monumentos religiosos de Sintra

Está executado o projeto cultural, proposto pelo nosso Pároco, em nome da Unidade Pastoral de Sintra, para o 4º Orçamento Participativo da Junta de Freguesia.

Foram produzidos e colocados 6 painéis historiográficos junto dos seguintes monumentos: Igreja Santa Maria, Antiga Igreja São Miguel, Igreja de S. Martinho, Igreja de Janas, Convento da Trindade e Igreja do Hospital da Misericórdia.

Este trabalho completa outro anterior intitulado "Roteiro Medieval de São Pedro".

Agora os turistas ao passarem pelos monumentos ficam a saber um pouco da sua história e já podem fazer o roteiro a partir das posições "gps" indicadas nos painéis.

Publicamos aqui a imagem de um dos painéis a título explicativo.

IGREJA DE SÃO MIGUEL

Esta casa foi criada aproveitando a abside gótica (capela-mor) da antiga Igreja de São Miguel. Essa igreja foi a sede de uma das quatro paróquias fundadas por D. Afonso Henriques, primeiro rei de Portugal, após a tomada de Sintra aos mouros, em 1147 (São Miguel, Santa Maria, São Pedro e São Martinho). A pouco mais de 300 metros da Igreja de Santa Maria, sua contemporânea, com esta dividia os territórios para Norte e Nordeste, até Mafra (entre os territórios das paróquias de São Martinho a Oeste e Noroeste e de São Pedro, a Este e a Sul). Um historiador do século XIX escreveu na sua obra sobre Sintra, que em 1301, antes da fundação da Santa Casa da Misericórdia de Sintra, já existia a Confraria de Santa Catarina, instituída nesta igreja, que ajudava pobres e enfermos, "tendo para todos hospital". No século XVI terá tido obras de beneficiação por vontade do seu prior D. João Lopo, futuro Bispo de Tangier. No dia do grande terramoto de 1755 o templo ruiu, ficando de pé somente a sua abside cujos contrafortes aqui podemos ver. Foram nesse tempo os seus ofícios religiosos celebrados provisoriamente na pequena capela de São Lázaro, em São Pedro de Penaferrim. Houve intenção de restaurar o templo mas, talvez devido à proximidade com a igreja de Santa Maria, tal nunca aconteceu. A paróquia foi mais tarde unida à de Santa Maria e a freguesia finalmente extinta em 1860, passando a denominar-se Paróquia / Freguesia de Santa Maria e São Miguel. Ainda no séc. XIX, D. Fernando II empreendeu esta transformação da abside da igreja em moradia, de modo a poder utilizá-la durante as obras de construção do palácio da Pena, eventualmente aqui pernando.

CHURCH OF SÃO MIGUEL

This church was created from the Gothic apse (main chapel) of the old Church of São Miguel. This church was the seat of one of the four parishes (São Miguel, Santa Maria, São Pedro and São Martinho) founded by Afonso Henriques, the first king of Portugal, after the conquest of Sintra to the Moors in 1147. This church, together with its contemporary church of Santa Maria, divided the territories to North and Northeast, to Mafra. A nineteenth-century historian wrote on his book about Sintra that, in 1301 (before the foundation of the Mercy of Sintra) the Confraternity of Santa Catarina, that was established in this church by that time, was helping the poor and the sick, "having a hospital for all". In the 16th century, the church would have had improvement works by the will of his Prior D. João Lopo, the future Bishop of Tangier. On the 1st November of 1755 the temple collapsed with the earthquake, where nothing but the apse has left. By that time, the religious services were provisionally celebrated in the small Chapel of São Lázaro, in São Pedro of Canaferrim. There was an intention to restore the temple but they think that the proximity to the church of Santa Maria didn't help that to happen. The Parish was later joined to that of Santa Maria and it was finally extinguished in 1860. Since then, it was called - Parish of Santa Maria and São Miguel. Still, in the 19th century D. Fernando II transformed the apse of the church into an housing place, probably to be closer to the Palácio da Pena during the works of its construction and eventually, to overnight.



 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.

 **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





9 e 10 de Março 2018 (Sexta e Sábado)

na Igreja de S. Miguel, em Sintra

NA VIGARARIA DE SINTRA

HORA	PARÓQUIA RESPONSÁVEL
19H-21H00	COLARES (MISSA ÀS 19H)
21H-23H00	AGUALVA
23H-01H00	MIRA SINTRA
01H-02H30	ALGUEIRÃO
02H30-04H00	TERRUGEM
04H00-05H30	CACÉM
05H30-07H00	SÃO MARCOS
07H00-09H00	RIO DE MOURO
09H00-11H00	MONTE LAVAR
11H00-13H00	SÃO JOÃO DAS LAMPAS
13H00-15H00	ALMARGEM DO BISPO
15H00-17H00	PERO PINHEIRO
17H00-19H00	SINTRA (MISSA ÀS 19H)

OBSERVAÇÃO:

DURANTE O TEMPO DE ADORAÇÃO HAVERÁ TAMBÉM CONFISSÕES, com um padre da respetiva paróquia.

"EM TI, ENCONTRAMOS O PERDÃO"

Na sua mensagem para a Quaresma, o Papa Francisco anunciou a realização da Jornada "24 Horas para o Senhor" nos dias 9 e 10 de março, na qual ao menos uma igreja de cada diocese permanecerá aberta para permitir aos fiéis a oração de adoração e a confissão sacramental.

Na mensagem o Santo Padre convidou os católicos a "emprender com ardor o caminho da Quaresma, apoiados na esmola, no jejum e na oração".

"Se por vezes parece apagar-se em muitos corações o amor, este não se apaga no coração de Deus! Ele dá-nos sempre novas ocasiões, para podermos recomeçar a amar".

Neste sentido, assegurou que uma "ocasião propícia" para isso "será, também este ano, a iniciativa '24 horas para o Senhor', que convida a celebrar o sacramento da Reconciliação num contexto de adoração eucarística".

"Em 2018, terá lugar nos dias 9 e 10 de março – uma sexta-feira e um sábado –, inspirando -se nestas palavras do Salmo 130: **"Em Ti, encontramos o perdão"**, indicou o Papa Francisco.



Análises Clínicas

Cintramédica abre novo Posto de Colheitas na Serra das

Reforçando a aposta num serviço de qualidade e proximidade junto de toda a população sintrense, a Cintramédica abriu na passada segunda-feira, dia 8 de janeiro, um novo posto de colheitas na Serra das Minas.

A abertura deste novo espaço permite à Cintramédica alargar a sua capacidade de resposta e disponibilizar um serviço mais completo a todos os sintrenses. Neste novo posto os clientes podem realizar as suas análises clínicas e electrocardiogramas, marcar exames e consultas para a Cintramédica e fazer o levantamento dos resultados.

O novo posto está situado na Avenida Maria Lamas nº 28, junto à Farmácia Serra das Minas.

O posto da Serra das Minas é um dos vários que a Cintramédica abriu em todo o concelho de Sintra. Os outros novos postos situam-se em Mem Martins, Várzea de Sintra, Cacém, Rio de Mouro, Tapada das Mercês, Mira-Sintra, Albarraque, Abóboda, Póbral e Ericeira.

Pela importância desta informação, apelamos ao vosso OCS ajuda na divulgação da abertura destes novos espaços.

A SAÚDE NUM SÓ LUGAR



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

Diabetes Tipo 2

A Diabetes tipo 2 é uma doença que faz com que os níveis de glicose (açúcar) no sangue estejam aumentados. Isto acontece porque a insulina, uma hormona produzida pelo pâncreas, funciona como uma chave, não deixando entrar a glicose nas células do organismo. A glicose fica continuamente no sangue em excesso por esta razão, provocando lenta e gradualmente lesões, se esse doente não tomar medidas, lesões estas localizadas especialmente nas artérias, rins, olhos e cérebro. O organismo não responde à insulina (a chamada resistência à insulina) e não produz insulina convenientemente. Pelo contrário, na Diabetes tipo 1, a grande diferença é que o pâncreas deixou de produzir subitamente insulina. Existe uma falta absoluta de insulina. Esta é a diferença entre a diabetes tipo 1 e a diabetes tipo 2.

Factores de risco

História de diabetes na

família, sedentarismo, excesso de peso, maus hábitos alimentares.

Principais sintomas

Vontade frequente de urinar, perda de peso, falta de energia, sede e fome excessivas.

Prevenção e Tratamento

Alimentação

Se é portador de diabetes tipo 2 deve fazer 6 refeições por dia e incluir especialmente fibras, como sopa, rica em vegetais, saladas e hortaliças. Deve aumentar a frequência de ingestão de proteína de origem vegetal, como o grão, feijão, ervilhas e favas. Pode comer até duas peças de fruta por dia e preferir proteína animal com menos gordura, como ovos, carne magra, produtos lácteos magros. Beba água e opte por gorduras saudáveis, como o peixe, noz, azeite.

Actividade física

O exercício faz baixar os valores do açúcar no sangue. Deve fazer exercício físico, pelo

menos trinta minutos, como caminhadas, andar de bicicleta, hidroginástica, etc., para além das suas actividades diárias.

Medicação

O objectivo dos medicamentos é controlar os níveis de açúcar no sangue (glicémia) dentro dos parâmetros considerados normais. Por vezes, os níveis de açúcar podem baixar, situação que, geralmente, dá sintomas, como confusão, tremores, irritabilidade, transpiração acentuada. Deve estar atento e se surgirem estes sintomas tome açúcar para repor o nível de açúcar dentro do normal.

A auto-vigilância da glicémia é recomendada podendo picar o dedo com um dispositivo próprio, registando esses valores obtidos com a periodicidade recomendada pelo seu médico.

Se proceder assim, cumprindo estas medidas, não sofrerá das complicações desta doença.

 **A Visão de um Caminheiro**

Sara Franco (18 anos) – Noviça e Caminheira

Há um certo sentimento, algo saudoso e algo gratificante, ao olhar para trás e ver o nosso crescimento e progresso ao longo de três secções. A experiência e conhecimentos adquiridos, o companheirismo e amizades ganhas, as viagens a terras agora conhecidas.

Pode-se dizer que é um misto de emoções ao percebermos que uma grande etapa da nossa vida está a acabar, mas apenas para uma ainda melhor mas também mais dura e trabalhosa começar.

Contudo, é com um grande orgulho que prometemos servir e cumprir cada vez melhor os nossos deveres, ao mesmo tempo que procuramos crescer nesta secção, à qual muitos sonham chegar, para podermos depois passar toda a nossa vivência e memórias escutistas aos mais novos, para eles, tal como nós, ansiarem e viverem o escutismo como em tempos aprendemos a viver.

Como B.P um dia disse: "O melhor meio para alcançar a felicidade é contribuir para a felicidade dos outros" e transmitir as nossas vivências aos mais novos, encaminhando-os para o melhor caminho, é a melhor forma de o fazer.



 **Cardeal-Patriarca marca presença na Assembleia Diocesana de Catequistas**

O Setor da Catequese do Patriarcado de Lisboa organiza, na Benedita, no próximo dia 8 de abril, Domingo, a Assembleia Diocesana de Catequistas, que vai contar com vários ateliês e uma conferência de D. Manuel Clemente, Cardeal-Patriarca de Lisboa.

No Externato Cooperativo da Benedita, a partir das 9h45, com o acolhimento, decorrem diversos ateliês divididos em diferentes temáticas: 'Palavra conhecida', 'Palavra rezada', 'Palavra anunciada'. A Assembleia Diocesana de Catequistas conta ainda, às 14h45, com uma conferência de D. Manuel Clemente, sobre 'A Palavra que a catequese ecoa', que vai ter lugar na igreja paroquial da Benedita, tal como a Eucaristia de encerramento, a partir das 16h00. Esta iniciativa do Setor da Catequese do Patriarcado tem como tema 'Fazer da Palavra de Deus o lugar onde nasce a fé', estando as inscrições abertas até ao próximo dia 25 de março.

FAZER DA PALAVRA DE DEUS O LUGAR ONDE NASCE A FÉ CSL, 38

8 DE ABRIL
ASSEMBLEIA DIOCESANA DE CATEQUISTAS

EXTERNATO COOPERATIVO DA BENEDITA
9h45 ACOLHIMENTO

	PALAVRA CONHECIDA Ateliês A criação Pecado e misericórdia Os relatos da infância de Jesus Jesus e a Lei O Reino de Deus As parábolas As reflexões de Jesus Os relatos da paixão O encontro com o ressuscitado A Igreja, casa da Palavra	ATÉ ÀS 13H00
	PALAVRA REZADA Ateliês Rezar a Palavra: Lectio divina de Jo 20, 19-31 «Oito dias depois, veio Jesus...» Rezar a Palavra: Lectio divina de Lc 24, 13-35 «A caminho de Emaús»	ATÉ ÀS 13H00
	PALAVRA ANUNCIADA Ateliês Palavra e expressão corporal Jogos bíblicos ABC de Petrus Geografia bíblica Dramatizar a Palavra Palavra e recursos digitais Músicas a Palavra Fé e ciência são realmente incompatíveis? A Bíblia como literatura Sábios bíblicos	ATÉ ÀS 14H30

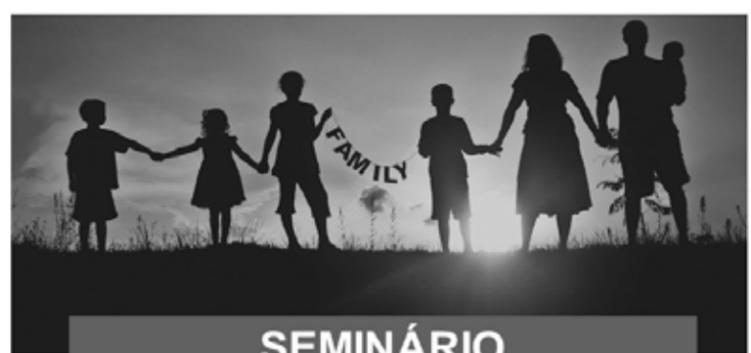
IGREJA PAROQUIAL DA BENEDITA

	CONFERÊNCIA «A Palavra que a catequese ecoa» com D. Manuel Clemente	14H45
	EUCARISTIA	16H00

Inscrições em www.catequese.net
até 25 de março de 2018
Para mais informações, consulte o nosso site.



 **Movimento de Defesa da Vida**



SEMINÁRIO PLANEAMENTO FAMILIAR

AGENDA

10 de Março de 2018	11 de Março de 2018
9h00 - Abertura do Secretariado	9h30 - Definição de Planeamento Familiar
9h30 - Sexualidade Humana	10h00 - Métodos de Planeamento Familiar (métodos químicos, barreira e métodos naturais)
11h30 - Coffee Break	11h00 - Coffee Break
11h45 - Conjugalidade e Parentalidade	11h30 - Métodos de Planeamento Familiar
12h30 - Questões e debate	12h30 - Questões e debate
13h00 - Almoço livre	13h00 - Almoço livre
14h00 - Anatomia/Fisiologia do Sistema Reprodutor	14h00 - Critérios de escolha dos métodos de Planeamento Familiar e avaliação ética
16h00 - Direitos Reprodutivos	15h00 - Aplicação Prática e dinâmicas de grupo
17h00 - Questões e debate	16h00 - Questões e debate. Avaliação dos trabalhos
17h30 - Encerramento dos trabalhos (1.º dia)	16h30 - Encerramento da acção

Formadores:
Enf.ª Mary Anne Avillez
Dr. Victor Neto
Dr.ª Carmelita Dinis

13 h de Formação > 80,00€*
* Descontos para casais e facilidades de pagamento contacte o MDV

Local: MDV Rua da Beneficência nº 7, 1050-034 Lisboa
Informações e inscrições:
E-mail: formacao@mdvida.pt · Tel.: 217 994 530 · Fax: 217 994 531



Celebrações da Semana Santa 2018

Dia 29 – QUINTA-FEIRA SANTA

10.00h Missa Crismal, na Sé: renovação das promessas sacerdotais e bênção dos óleos
19.30h Missa da ÚLTIMA CEIA, em S. Pedro
21.30h Missa da ÚLTIMA CEIA, em S. Martinho

Dia 30 – SEXTA-FEIRA SANTA

10.00h Oração de Laudes em S. Miguel
15.00h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO, em S. Miguel
15.30h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO, em S. Pedro
21.15h VIA SACRA da UPS na Estefânia – início na Correnteza

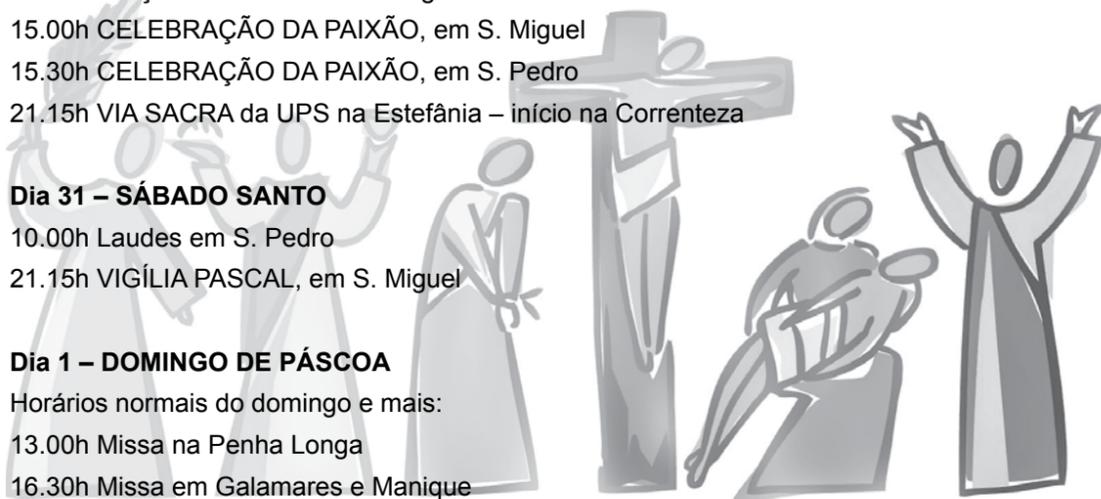
Dia 31 – SÁBADO SANTO

10.00h Laudes em S. Pedro
21.15h VIGÍLIA PASCAL, em S. Miguel

Dia 1 – DOMINGO DE PÁSCOA

Horários normais do domingo e mais:

13.00h Missa na Penha Longa
16.30h Missa em Galamares e Manique



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Furtado Fernandes

O desafio de ser pai

Começamos por afirmar o óbvio que, muitas vezes, é iludido nas sociedades ditas "pós-modernas", quando nos tentam enredar nos seus sofismas que estruturam a chamada "pós-verdade".

A Natureza demonstra-nos à saciedade que a geração da vida humana reclama o contributo de um homem e de uma mulher.

A nossa cultura cristã diz-nos, para além disso, que a conceção de um filho deve ser o corolário natural do Amor que, de forma indelével, une os progenitores.

Destas considerações decorre, se outras razões não pudessem ser invocadas, que todas as crianças são titulares do direito de terem um pai e uma mãe.

Este é, seguramente, um normativo que está ínsito no Direito Natural, não tendo, por isso, o direito positivo legitimidade para o contrariar.

É patético atuar-se como se alguém pudesse ser "filho" de um banco de esperma!

É no mínimo abusiva a pretensão das mulheres que, "sozinhas", querem ter um filho só para elas.

Fala-se hoje, aliás muito bem, no superior interesse da criança, talvez seja, então, da mais elementar justiça reconhecer-lhe este direito nuclear.

Mas, como é evidente, para se ser pai não basta gerar um filho, isso é, apenas, o início de uma missão sem dúvida exigente mas muito gratificante.

Para melhor compreendermos o que se requer, nas sociedades hodiernas, do exercício da paternidade, importa pôr em perspetiva as mudanças que, sobretudo após a 2ª Guerra Mundial, ocorreram, progressivamente, no mundo do trabalho.

As mulheres começaram a desenvolver uma atividade profissional encontrando nisso não só uma fonte adicional de rendimento para os seus agregados familiares mas, também, uma forma de realização pessoal.

Numa primeira fase, salvo honrosas exceções, as mulheres passaram a acumular dois tipos de trabalho - o profissional e o doméstico - sem que, para este último, tivessem apoio significativo por parte dos maridos, designadamente nos cuidados a prestar aos filhos.

Atualmente, há, felizmente, outra consciência relativamente a esta matéria.

A paternidade e a maternidade tendem a ser exercitadas em equipa, na complementaridade das capacidades e na conjugação das vontades.

Neste contexto, há uma repartição equitativa das tarefas domésticas o que, para além do mais, contribui para aumentar a eficácia e a eficiência no seu desempenho.

Deste desiderato resultam benefícios quer para a coesão do casal quer para a educação dos filhos.

Pai e mãe são responsáveis por transmitir aos filhos, sobretudo pelo seu testemunho de vida, modelos comportamentais que os inspirem na prossecução de valores que contribuam para que eles sejam pessoas responsáveis e dignas.

O desafio de ser pai é assumir, evidentemente, a responsabilidade de ser um pai presente. ■

Peregrinação dos jovens da UPS 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, contatar os animadores Guida Portugal ou Carlos Macias. ■



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*

FABRICA 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
CINTRÁ

Volta do Duche, 12

Tel. 219 230 493

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

O QUE NOS DIZ O NOSSO PAPA

P. João Inácio

O AMOR É...

Irmão(ã), amigo(a), caro leitor!

Estamos de volta para continuarmos a nossa caminhada de reflexão com o nosso Papa Francisco.

A nossa proposta é a de percorrermos os caminhos do Amor, apoiando-nos no texto fascinante e desafiador de S. Paulo: «O Amor é paciente, prestável, não é invejoso, não é arrogante nem orgulhoso,

nada faz de inconveniente, não procura o próprio interesse, não se irrita nem guarda ressentimento, não se alegra com a injustiça, mas rejubila com a verdade. Tudo desculpa, tudo crê, tudo espera, tudo suporta» (1Cor.13,4-7).

Passemos de imediato ao ensinamento do nosso Papa: o AMOR NÃO É INVEJOSO.

«Significa que no amor, não há lugar para sentir des-

gosto pelo bem do outro (cf. Act 7, 9; 17, 5). A inveja é uma tristeza pelo bem alheio, demonstrando que não nos interessa a felicidade dos outros, porque estamos concentrados exclusivamente no nosso bem-estar. Enquanto o amor nos faz sair de nós mesmos, a inveja leva a centrar-nos em nós próprios. O verdadeiro amor aprecia os sucessos alheios, não os

sente como uma ameaça, libertando-se do sabor amargo da inveja. Aceita que cada um tenha dons distintos e caminhos diferentes na vida; e, conseqüentemente, procura descobrir o seu próprio caminho para ser feliz, deixando que os outros encontrem o deles.» (AL.95)

Depois da leitura que fez, convido-o(a) a pedir ao Senhor, fonte do verdadeiro



Amor, que nos livre de tão maligno sentimento que destrói famílias e sociedades.

Até à próxima!

SÃO MARCOS E O SEGUNDO EVANGELHO

P. João Inácio

Como resposta ao desafio do tema do ano de pastoral da nossa diocese: "A Palavra de Deus, lugar onde nasce a fé", a nossa unidade de pastoral de Sintra assumiu como uma das iniciativas, o compromisso de ler o Evangelho de S. Marcos.

Esta iniciativa é um incentivo para que todos possamos ler a Bíblia não apenas na igreja, mas também, individualmente ou em grupos. Trata-se de uma iniciativa oportuna e muito enriquecedora se tivermos em conta que a fé nasce da escuta da Palavra de Deus (cf. Rom. 10, 7) que é Palavra de Vida

Eterna, viva e eficaz, mais penetrante do que uma espada de dois gumes (Heb. 4, 12).

Vamos falar sobre S. Marcos apoiando-nos em alguns documentos disponíveis sem pretendermos aqui apresentar um estudo exaustivo.

S. Marcos é mencionado no livro dos Atos dos Apóstolos, primeiro ligado a Pedro e, mais tarde, em relação a Paulo. Vejamos as passagens bíblicas em questão:

«E, depois de refletir, dirigiu-se a casa de Maria, mãe de João, de sobrenome Marcos, onde numerosos fiéis estavam reunidos a orar»

(Act.12, 12). A sua relação com S. Paulo encontramos a mencionada na primeira viagem missionária do apóstolo Paulo a Chipre: «Enviados, pois, pelo Espírito Santo, Barnabé e Saulo desceram a Selêucia e ali meteram-se num barco, rumo à ilha de Chipre. Chegados que foram a Salamina, começaram a anunciar a palavra de Deus nas sinagogas dos judeus. Tinham também João como auxiliar» (Act.13,4-5).

O evangelista João Marcos a quem se atribui o segundo Evangelho da Sagrada Escritura era um judeu-cristão, discípulo de Pedro,

secretário e seu fiel intérprete.

Não é unânime a ideia de que tenha sido o autor do Evangelho com o seu nome devido a algumas discrepâncias de linguagem, lugar e cronologia.

Outra nota importante é o facto de ter sido o primeiro Evangelho a ser escrito tendo servido de base aos outros dois Evangelhos. Marcos escreve de forma sucinta sem entrar em grandes detalhes como os seus pares, Mateus e Lucas.



No próximo número, falaremos da estrutura da obra e outros pormenores de carácter formal para nos ajudarem a perceber o modo como o evangelista em causa nos fala de Jesus.

Até breve!

"ONDE ESTÁ O MEU CORAÇÃO": para meditar na Semana Santa

Papa Francisco – in Evangelho da Nova Vida

«A **Semana Santa**, como se sabe começa com a festiva procissão dos ramos de oliveira: todo o povo acolhe Jesus. As crianças, os adolescentes cantam e louvam Jesus.

Mas esta semana continua com o mistério da morte de Jesus e da sua ressurreição. Ouvimos a Paixão do Senhor. Será bom pormo-nos apenas uma pergunta: Quem sou eu? Quem sou eu, face ao meu Senhor? Quem sou eu, à vista de Jesus que entra festivamente em Jerusalém? Sou capaz de exprimir a minha alegria, de o louvar? Ou fico à distância? Quem sou eu, face a Jesus que sofre?

Durante a leitura da Paixão, escutamos muitos nomes, tantos nomes. O grupo dos líderes, alguns sacerdo-

tes, alguns fariseus, alguns doutores da lei, que decidiram matá-lo. Esperavam só uma oportunidade para O prenderem. Sou eu como um deles?

Ouvimos também outro nome: Judas. Trinta moedas. Sou eu como Judas? Escutamos outros nomes: os discípulos que não entendiam nada, que adormeciam enquanto o Senhor sofria. A minha vida está adormecida? Ou sou como os discípulos, que não compreendiam o que era trair Jesus? Ou então como aquele discípulo que queria resolver tudo com a espada: sou eu como eles? Sou como Judas, que finge amar e beija o Mestre para O entregar, para O trair? Sou eu um traidor, sou eu como aqueles líderes que montam

à pressa o tribunal e procuraram testemunhas falsas: sou eu como eles? E, quando faço estas coisas – se é que as faço – creio que, com isso, salvo o povo?

Sou eu como Pilatos? Quando vejo que a situação é difícil, lavo as mãos e não assumo a minha responsabilidade, condenando ou deixando condenar as pessoas?

Sou eu como aquela multidão que não sabia bem se estava numa reunião religiosa, num julgamento ou num circo, e escolhe Barrabás? Para ela tanto fazia: era mais divertido, para humilhar Jesus.

Sou eu como os soldados, que batem no Senhor, cospem-Lhe, insultam-No, divertem-se com a humilhação do Senhor?

Sou eu como Simão de Cirene que voltava do trabalho, cansado, mas teve a boa vontade de ajudar o Senhor a levar a cruz?

Sou eu como aqueles que passavam diante da cruz e escarneciam de Jesus: «Era tão corajoso! Desça da cruz e nós acreditaremos Nele!» Escarnecer de Jesus...

Sou eu como aquelas mulheres corajosas, e como a Mãe de Jesus, que estavam lá e sofriam em silêncio?

Sou eu como José, o discípulo escondido, que leva o Corpo de Jesus, com amor, para lhe dar sepultura?

Sou eu como as duas Marias que permanecem junto do sepulcro chorando, rezando?

Sou eu como aqueles líderes que, no dia seguinte, fo-



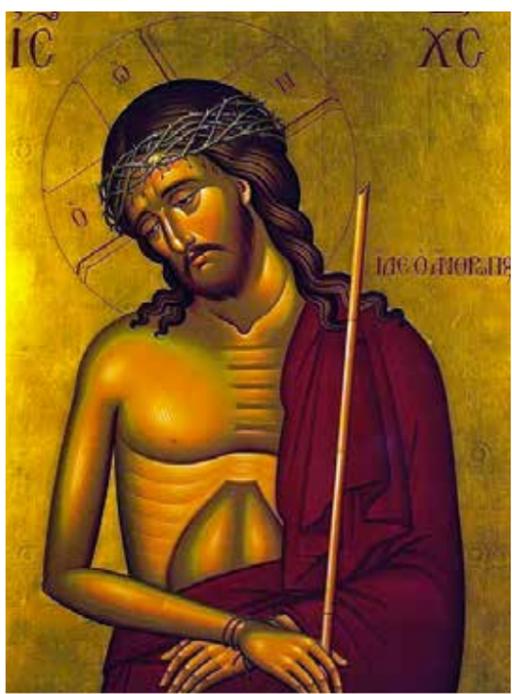
ram ter com Pilatos para lhe dizer: «Olha que Ele afirmava que havia de ressuscitar. Não queremos mais enganar!» e bloqueiam a vida, bloqueiam o sepulcro para defender a doutrina, para que a vida não irrompa!

Onde está o meu coração? Com qual destas pessoas me pareço? Que esta pergunta nos acompanhe durante toda a Semana Santa».



Quaresma

oração | jejum | caridade



QUARESMA - TEMPO DE EXERCÍCIO ESPIRITUAL

A Quaresma é o período de 40 dias de preparação da Páscoa, que é a grande festa da Igreja, a celebração da Ressurreição de Jesus Cristo.

POR QUE MOTIVO É PRECISO PREPARAÇÃO? Porque só conseguirá “ver”, acreditar, sentir a presença de Jesus vivo, quem tiver compreendido a sua mensagem sobre o Reino de Deus e contemplado com olhar puro a sua Paixão, Morte e Ressurreição.

COMO NOS PODEMOS PREPARAR?

“Arrependei-vos e acreditai no Evangelho” diz Jesus ao iniciar a sua pregação, e repete-o de diversas maneiras ao longo de todo o seu ministério. Portanto, a preparação passa por purificar o nosso coração, arrumar a nossa vida, reconciliarmo-nos com Deus e com os nossos irmãos.

Esse é o programa para todo o ano, para toda a nossa vida, mas a Quaresma é um período de treino intensivo, para ganharmos músculo espiritual, que nos permita não ceder às tentações da rotina e das provações a que a vida comum nos sujeita ao longo do ano. As seduções do demónio são muitas e só quem está atento e treinado para as vencer, conseguirá vencê-las. Foi isso que Jesus foi fazer ao deserto, durante quarenta dias, para nos ensinar a preparar também o nosso coração para a Páscoa.

PROPOSTAS CONCRETAS DE EXERCÍCIOS:

Reconciliar-nos com Deus passa muito pela **ORAÇÃO**, por vivermos a partir d’Ele, da Sua Palavra, da Sua Vida que nos é oferecida em Cristo imolado na cruz (que recebemos na Eucaristia).

Reconciliar-nos com os nossos irmãos, passa pela aproximação a quem estou afastado, pelo **PERDÃO** a quem me ofendeu, pela manifestação de **ARREPENDIMENTO** a quem eu ofendi. Por vezes é melhor ficar a perder ou prejudicado e conseguir a paz do que querer ganhar e perder um irmão.

A penitência quaresmal também se faz pela **PARTILHA** com quem precisa, dando mesmo do que nos faz falta, na tradicional renúncia quaresmal. Custa, mas faz-nos muito bem, dá-nos saúde e alegria espiritual.

Difícil, mas igualmente proveitosos, são o **JEJUM** e a abstinência de certas comidas mais apetecíveis, nomeadamente nas sextas-feiras da Quaresma. Isso educa o nosso espírito, treina-nos para o domínio de nós mesmos, para a renúncia a apetites egoístas.

Mas a graça maior que podemos receber na Quaresma é a **RECONCILIAÇÃO SACRAMENTAL**: colocar tudo o que fizemos de mau, e não fizemos de bem, diante do Senhor, confiados na sua misericórdia. Como é bom ouvir “Eu te absolvo dos teus pecados em nome do Pai, do Filho e do Espírito Santo. – Vai em paz os teus pecados estão perdoados!” Trata-se de voltar à pureza baptismal, de começar de novo, com a ajuda de Deus!

Para **COMUNGAR COM CRISTO RESSUSCITADO** é preciso estarmos reconciliados. Mesmo que não tenhamos pecados muito graves, a Igreja ensina que para comungarmos devemos celebrar o sacramento da Reconciliação pelo menos uma vez por ano. No fundo trata-se de recebermos o Senhor com um mínimo de asseio espiritual: quem se apresentaria, para receber um amigo especial, vestido de roupa velha e suja?

Estas práticas fazem com que a Quaresma seja um tempo de santificação e não passe por nós sem darmos por isso, deixando-nos na mesma.

Aproveitemos esta Quaresma para nos reconciliarmos e para comungarmos melhor com Cristo e com os irmãos! Se assim fizermos a Luz Pascal brilhará sobre nós o ano inteiro!

Pe Armindo Reis

Renúncia Quaresmal 2018

Neste ano a renúncia na Diocese de Lisboa destina-se à construção de um novo edifício da Escola Sacré Coeur em Cattin (Bangui), República Centro-Africana. Ali trabalham as Irmãs Oblatas do Coração de Jesus, no meio das grandes devastações que a luta armada têm infligido ao país, com mortes e destruições, desemprego generalizado, impossibilidade de estudar e de ser atendido na doença. A persistência das Irmãs é notável e o seu pedido é confirmado pelo Cardeal Dieudonné Nzapalainga, Arcebispo de Bangui.

Em breve será distribuído o envelope para colocarmos a nossa renúncia que deverá ser entregue no cesto de um peditério da Missa por altura da Páscoa.

A Mão que nos une a Todos!

Rita Gôja



Todos os anos entre dezoito a vinte e cinco de Janeiro os cristãos, independentemente da sua confissão, celebram a semana ecuménica. Dias especiais em que a oração apela à nossa unidade, para que um dia estejamos unidos na mesma Igreja. Fé é só uma, acreditamos em Jesus Cristo, e vivemos de coração preenchido com este amor gigante que Deus nos oferece.

Como já vem sendo habitual há oito anos, o núcleo de Sintra do Movimento dos Focolares organizou para este ano mais um encontro ecuménico. Este encontro era festejado no salão paroquial da paróquia do Algueirão, mas com cada vez mais participantes foi necessário procurar um espaço maior. Em 2017 foi festejado no salão paroquial da igreja de S. Miguel de Sintra e contou com mais de quinhentos participantes. Para o ano de 2018, com o crescimento do evento, a Câmara Municipal de Sintra quis dar-lhe mais relevância e cedeu a sala do Olga Cadaval, onde cabem mais de novecentas pessoas.

O encontro teve início às 17h com vários workshops relacionados com a presença de Deus nas diversas dimensões humanas, na ciência, na família, na arte, no serviço social, na política e na tecnologia.

Um encontro em que não houve espaço para divergência. Acreditas em Jesus? Sim! A igreja a que pertencíamos não foi tema de debate. Porque o que nos une é esta força da mão de Deus.

Antes de nos voltarmos a reunir houve espaço para um jantar comunitário e às 21h voltamo-nos a juntar para refletir em conjunto. Um momento em que pudemos contar com a presença do Presidente da República Marcelo Rebelo de Sousa.

Afinal que mão é esta? Uma mão que se tornou humana, igual à nossa, mas que ao mesmo tempo nos ultrapassa completamente! Uma mão que tudo criou, e mesmo assim fez-se humana para nos ensinar a colaborar na obra de Deus. Uma mão que nada precisava e que permitiu tornar-se dependente da mão humana! Uma mão gigante que se tornou pequenina!

A mão de Deus!!!

Veio para nos tocar e para nos mostrar como beber da água viva! A água que mata a sede da alma. Apenas os olhos de Jesus têm a capacidade de nos ver a alma!

Explicou D. Jorge Pina Cabral, Bispo da Igreja Lusitana, que a mão de Deus não provoca calamidades, no entanto é o milagre do seu toque no nosso coração que nos permite converter sofrimento em amor.

D. Joaquim Mendes, Bispo da Igreja Católica, explicou que para sentir o toque de Deus, é necessário a nossa fé, a nossa confiança e a nossa entrega a Deus como Pai e Mãe.

Uma noite focada no toque de Jesus, aquele toque que nos consola, que nos abraça e que nos permite viver uma vida preenchida e plena.

Um encontro especial, que reúne cristãos e nos relembra que somos todos irmãos independentemente da nossa confissão religiosa, porque a mão que nos toca é a mesma, é uma mão que nos une a todos, a mão de Deus!



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



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

Visita do Governador do Distrito 1960 Afonso Malho ao Rotary Club de Sintra



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 Luis e Jorge, da Empresa Luís Simões.

Este prémio anual é atribuído pelo Clubes Rotários nas suas comunidades, e visa distinguir não só 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.

A. Ribeiro (2018-02-18)



Serenata de Coimbra na comunidade da Várzea de Sintra

Foi no passado dia 27 de Janeiro, na Sociedade Recreativa da Várzea.

A comissão da Igreja ofereceu um jantar a todos os membros da "Serenata ao Luar" (Fados de Coimbra) e o grupo ficou deslumbrado pela maravilhosa refeição servida e pela alegria e dedicação que sentiram, a alegria de ser IGREJA em

MISSÃO...

Seguidamente deu-se o maravilhoso espetáculo que todo o povo teve o privilégio de assistir (em que os membros do grupo, de tão gratos e de coração cheio, nada quiseram receber de cachê). O nosso agradecimento a todos os que quiseram contribuir para que este evento se tenha con-

cretizado. Todos ficaram de coração cheio, pois foi um grande espetáculo! Obrigado pela Serenata, obrigado a todos os que prepararam e a todos os que vieram assistir!

Maria dos Anjos



GOTA a GOTA

Grupo de Ação Social



Artigos doados em fevereiro 2018

Fraldas Nº2	3	Flocos Cereais / Mel	36
Fraldas Nº3	6	Cereais/Corn Flakes	22
Fraldas Nº4	3	Aptamil 2	2
Fraldas Esp. Nº5	3	Leite UHT Meio Gordo	250
Fraldas Nº5	2	Fruta Pack 4 boiões	9
Toalhitas	11	Bolacha Maria	4
Farinha Láctea	18	TOTAL:	369

ra IMAGEM E PUBLICIDADE



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

Tânia Santos

Estrelinha malandrinha



ESTRELINHA VIVIA NO CÉU, mais precisamente na via láctea. Sabem o que é a via láctea?

É um sítio no céu onde habitam milhões de estrelas. Tem a forma de espiral e quando olhamos para ela, é como se algum anjo, ao passar, tivesse estendido uma faixa brilhante de luz pelo seu caminho. Mas voltemos à nossa história...

Estrelinha vivia na via láctea, com a mãe Dona Estrela e com o pai, o Senhor Estrela. Era uma estrela muito novinha e alegre mas um bocadinho malandra, pois não conseguia parar quieta, sempre a correr de um lado para o outro, afastando-se, sempre que podia, dos seus pais.

Estes bem lhe diziam: “Estrelinha sossega... Estrelinha não te afastes!” Mas Estrelinha achava que os seus pais se preocupavam demais... Afinal, pensava estrelinha, o que é que poderia correr mal?

A verdade é que Estrelinha adorava correr pelo céu imenso, sem rumo nem destino. As outras estrelas, mais crescidas, ao vê-la passar comentavam: “Um dia destes a Estrelinha vai-se perder...”.

Certa noite, Estrelinha, con-saltinhos e correrias, voltou a sua querida casinha sem que Enquanto corria, e já tarde car contra o Senhor Cometa. o Senhor Cometa reconheceu ajudou-a a levantar. Logo a se-perguntou:



centrada só nas suas piruetas, afastar-se dos seus pais e da ninguém se desse conta. para o evitar, Estrelinha foi cho-Ainda atordoado pelo choque, Estrelinha, caída no chão e guir, e com cara de zangado,

- “Estrelinha, que pressa é essa? E que fazes aqui neste lado do céu, tão longe da via láctea?” E continuou - “Ai, ai... Podias ter-te magoado à séria”.

Estrelinha, envergonhada e algo confusa, pediu desculpa ao Senhor Cometa, ao mesmo tempo que olhava à sua volta. Como não conseguia reconhecer onde estava, disse-lhe choramingando: - “Eu acho que estou perdida... e não sei como voltar para casa”.

- “Pois não me admira nada Estrelinha, estás tão longe de casa! – Ralhou o Senhor Cometa, e Estrelinha começou a chorar.

- “Vá... Limpa essas lágrimas desse teu rosto bonito e vem comigo que eu levo-te de volta a casa. E acrescentou: - Mas assim que chegarmos, terás de prometer aos teus pais que não voltarás mais a fugir”.

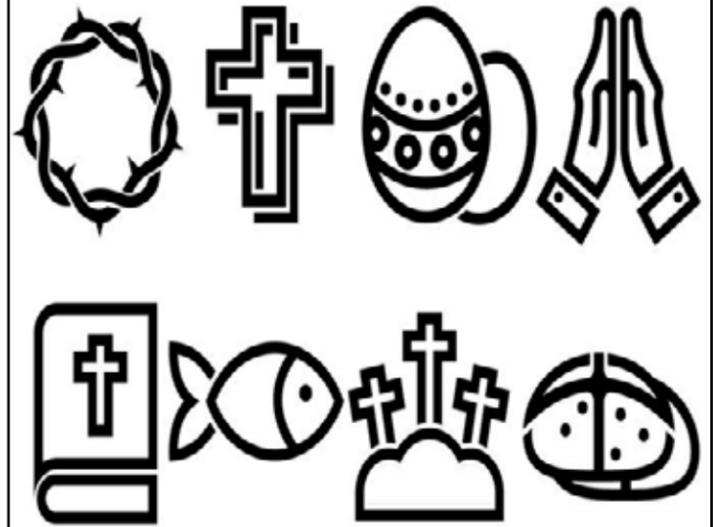
Estrelinha, já mais animada, concordou imediatamente e juntos seguiram rumo a sua casa.

Assim que os pais de Estrelinha a viram, suspiraram de alívio, pois estavam muito preocupados com o desaparecimento da sua querida filha.

Estrelinha correu para os seus pais e abraçou-os, pedindo-lhes desculpa e prometendo-lhes daqui para a frente nunca mais voltar a fugir.

A Senhora e o Senhor Estrela, com o sorriso de volta às suas caras, pediram desculpa ao Senhor Cometa pelo incómodo e, como agradecimento por ter trazido a sua filha de volta, convidaram o Senhor Cometa a jantar em sua casa, servindo-lhe um delicioso ensopado estelar! ■

Imagem para colorir



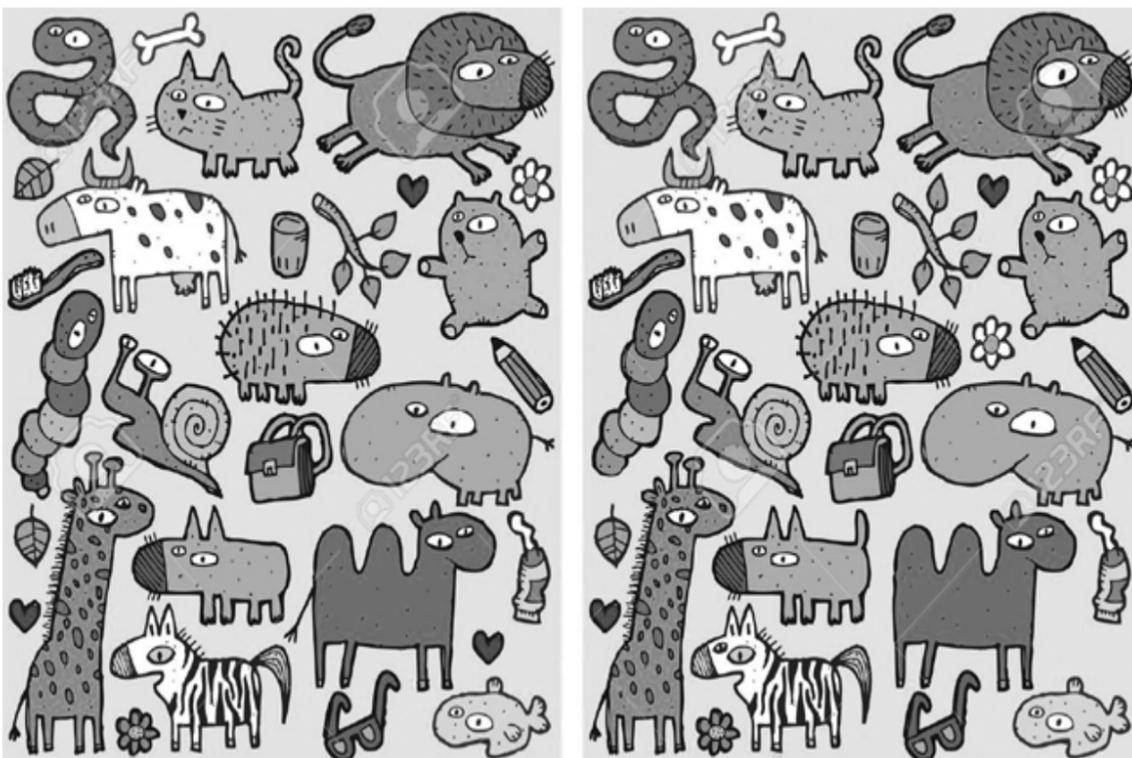
Sopa de Letras

Numeros Romanos

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

II	VII	XII	XVI	XIX
III	VIII	XIII	XVII	XX
IV	IX	XIV	XVIII	
VI	XI	XV		

Descobre as 10 Diferenças



Sudoku - puzzle

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

Nossa Pátria é o Céu

Teresa Santiago

Santo Agostinho considerando a angústia sofrida pela mãe dos sete jovens - segundo o relato do livro dos Macabeus - ao testemunhar as torturas dos seus filhos, diz: ela, vendo os seus sofrimentos, sofreu em cada um, porque ela amava todos eles. Ela sofreu em sua alma o que eles suportaram na sua carne. Assim também fez Maria - sofreu todos esses tormentos, flagelos, espinhos, pregos e cruz, que torturaram a carne do inocente Jesus - todos entraram ao mesmo tempo no coração desta Virgem Santa, para completar o seu martírio. Ele sofreu na carne, e ela no coração!

O Papa Francisco um dia recordou que, quando era bispo de Buenos Aires, visitava os presos nos cárceres, em Buenos Aires e via sempre em fila as mulheres que aguardavam para entrar. Eram mães. Mas não se envergonhavam, a carne delas estava lá dentro, disse.

O Santo Padre assinalou que estas mulheres sofriam, não só com a vergonha de estar ali: olha aquela!... O que será que o seu filho fez?

Mas também sofriam com a humilhante revista que lhes faziam antes de entrar.

Quando Jesus diz: "deixa tudo e segue-Me"; não podemos demitir-nos desse "deixa tudo".

Mas temos homens e mulheres que tudo aceitaram no sofrimento.

Eles com certeza que tinham medo diante da dor e da morte.

Esta continua sendo o maior desafio da vida, semelhante ao de uma criança que deixa o aconchego do seio materno para entrar num mundo desconhecido.

Damião de Veuster, chegou à ilha de Molokai, no arquipélago do Havai.

Era um missionário Belga. "A ilha maldita" era habitada por 3113 leprosos.

Ao longo dos 16 anos em que lá permaneceu, o padre fez-se tudo para todos (1 Cor 9, 22): a serviço de pessoas que, desesperadas e revoltadas, acabaram criando, umas para as outras, um verdadeiro inferno. Cinco anos antes de falecer, quando começava a colher os frutos da sua doação, percebeu que, ele também, havia sido atingido pela enfermidade. No domingo seguinte, ao invés de se dirigir aos fiéis como sempre fazia - um sadio, falando para doentes -, iniciou a sua homilia dizendo: a nossa pátria é o Céu, para onde nós, os leprosos, estamos certos de ir muito em breve. Lá não haverá feiura nem doença: seremos todos transfigurados.



Santa Terezinha, ao se aperceber tuberculosa, exclamou: é o Esposo que está chegando!

Como uma jovem do Movimento Focolares, aludindo ao cancro que a consumia, sempre que lhe perguntavam como estava, respondia: é o Reino de Deus que avança.

Mas sabemos bem as dificuldades que temos em aceitar os entraves impostos pela doença: perder planos e projectos; perceber que o futuro fica incerto e restrito.

Por outro lado é preciso reconhecer que a vida é sempre generosa.

Passa-se por momentos amargos e dolorosos, que geram carências e traumas. Mas são mitigados pelo amor de Deus, que nos acompanha.

S. Paulo nos diz: "se vivemos, é para o Senhor que vivemos; se morremos, é para o Senhor que morremos. Quer vivamos, quer morremos pertencemos ao Senhor." (Rm 14, 8)

Que o Espírito Santo, este amigo, este companheiro de viagem, este Paráclito, advogado que o Senhor nos enviou, nos faça compreender este mistério tão grande.

Intenção do Papa

Março 2018



Para a evangelização:

"Para que toda a Igreja reconheça a urgência da formação para o discernimento espiritual, a nível pessoal e comunitário."

*"Discernimento... é o meio pelo qual Deus faz os cristãos tomarem consciência do que está acontecendo."
(in cancaonova.com)*



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 - Março 2018 - Ano B

	Dia 4	Dia 11	Dia 18	Dia 25	QUARESMA  "Quaresma é um tempo de especial graça, é tempo favorável para nos convertermos..."
	III DOM. QUARESMA	IV DOM. QUARESMA	V DOM. QUARESMA	DOMINGO DE RAMOS	
	Ex 20, 1-17	2 Cr 36, 14-16.19-23	Jer 31, 31-34	Is. 50, 4-7	
	«A lei foi dada por Moisés»	«A indignação e a misericórdia do Senhor manifesta-se no exílio e na libertação do povo»	«Estabelecerei uma aliança nova e não mais recordarei os seus pecados»	«Não desviei o meu rosto dos que Me ultrajavam, mas sei que não ficarei desiludido»	
Salmo	18, 8.9.10.11	136, 1-2.3.4-5.6	50, 3-4.12-13.14-15	21, 8-9.17-18a.19-20.23-24	
	"Senhor, Vós tendes palavras de vida eterna."	"Se eu me não lembrar de ti, Jerusalém, fique presa a minha língua."	"Dai-me, Senhor, um coração puro."	"Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?"	
Leitura II	1 Cor 1, 22-25	Ef 2, 4-10	Hebr 5, 7-9	Filip 2, 6-11	
	«Nós pregamos Cristo crucificado, escândalo para os homens, mas sabedoria de Deus para os que são chamados»	«Ai de mim se não evangelizar!»	«Aprendeu a obediência e tornou-se causa de salvação eterna»	«Humilhou-Se a Si próprio; por isso Deus O exaltou»	
Evangelho	Jo 2, 13-25	Jo 3, 14-21	Jo 12, 20-33	Mc 11, 1 - 10	
	«Destruí este templo e em três dias o levantarei»	«Deus enviou o seu Filho, para que o mundo seja salvo por Ele»	«Se o grão de trigo, lançado à terra, morrer, dará muito fruto»	«Hossana! Bendito o que vem em nome do Senhor!»	

SERVIÇO PASTORAL E LITÚRGICO - Março

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	
18H00	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
18H15	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	
19H00	Igreja S. Miguel	Igreja S. Pedro	Igreja S. Miguel	Igreja S. Miguel	Igreja S. Pedro	
19H30			Igreja S. Martinho (em Ucraniano)			

*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.

Dia 1 – Quinta-feira da semana II

Peditório de rua da Cáritas (1-3 Março)
15.00h Missa Lar Cardeal Cerejeira
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 2 – 6ª-feira da semana II

09.30h Expo. do SSmo. em S. Miguel
10.30h Reunião Conferência de S. Vicente de Paulo
18.00h Expo. do SSmo em São Pedro
21.15h Grupo de Jovens

Dia 3 – Sábado da semana II

19.00h Missa com ENS Sector Sintra C
20.00h Formação p/ Sacramentos da Iniciação

Dia 4 – Domingo III da Quaresma

Peditório anual na Missa para a Cáritas
Peditório mensal da Conf. S. Vicente de Paulo

Dia 5 – Segunda-feira da semana III

21.30h Reunião respons. da Catequese - Algueir

Dia 6 – Terça-feira da semana III

11.00h Missa no Lar de Galamares
21.00h Grupo Nazaré – Renov. Carismático

Dia 7 – Quarta-feira da semana III

21.30h Reunião do Secretariado da Catequese

Dia 8 – Quinta-feira da semana III

21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel
21.30h Reunião dos Mín. Extr. Comunhão

Dia 9 – Sexta-feira da semana III

19.00h Missa em S. Miguel: Início das 24 HORAS PARA O SENHOR - com adoração e confissões
21.15h Grupo de Jovens

Dia 10 – Sábado da semana III

24 HORAS PARA O SENHOR até às 19h
15.30h Confissões em Galamares
21.00h Formação p/ Sacramentos da Iniciação
21.30h Reunião de pais p/ preparação de Batismos

Dia 11 – Domingo IV da Quaresma

10.00h Confissões em Janas
13.00h Almoço na Abrunheira

Dia 12 – Segunda-feira da semana IV

21.00h Reunião do Secretariado Permanente

Dia 13 – Terça-feira da semana IV

21.00h Conversas sobre Deus e a Igreja na Várzea
21.00h Missa para o Grupo Nazaré
21.00h Reunião de direção da CNE
21.00h Reunião com equipa de CPB

Dia 14 – Quarta-feira da semana IV

16.00h Confissões na Várzea
21.00h Reunião Equipa de Coordenação S. PEDRO
21.00h Conversas sobre Deus– Linhó e S. Miguel

Dia 15 – Quinta-feira da semana IV

15.00h Missa Lar do Oitão
16.00h Confissões na Abrunheira
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 16 – Sexta-feira da semana IV

10.00h Reunião Da Conferência de S. Vicente Paulo
21.15h Grupo de Jovens – preparação para Taizé
21.15h Reunião de Pais da 1ª Comunhão, S. Miguel

Dia 17 – Sábado da semana IV

17.15h Confissões em Manique de Cima
15.00h Confissões para Catequese em S. Pedro

Dia 18 – Domingo V da Quaresma

RETIRO UPS das 9.30h às 16.30h (inclui almoço)
14-18h Recoleção dos Catequistas, no Cacém

Dia 19 – S. José- Dia do Pai -5º An. ministé. Papa

Dia 20 – Terça-feira da semana V
21.00h Grupo Nazaré – Renov. Carismático

Dia 22 – Quinta-feira da semana V

10.00h Reunião do Clero em Aigualva
15.00h Missa no Lar Asas Tap

15.30h Confissões no Lourel

17.00h Confissões no Linhó
21.00h Partilha da Palavra na Abrunheira
21.15h Curso Bíblico em S. Miguel

Dia 23 – Sexta-feira da semana V

21.15h Grupo de Jovens
21.00h CONFISSÕES em S. Miguel para a UPS (também para pais da 1ª Comunhão)

Dia 24 – Sábado da semana V

10.30h Confissões p/ Catequese e CNE - S. Miguel

Dia 25 – DOMINGO DE RAMOS na Paixão

Aniv. Diác. Vasco Avillez
Procissão dos Ramos no início da Missa

Dia 27 – Terça-feira da Semana Santa

21.00h Conversas sobre Deus e a Igreja na Várzea
21.00h Grupo Nazaré – Renov. Carismático

Dia 28 – Quarta-feira da Semana Santa

21.00h Conversas sobre Deus– Linhó e S. Miguel

Dia 29 – QUINTA-FEIRA SANTA

10.00h Missa Crismal, na Sé
18.00h Missa da Última Ceia, no Ramalhão
19.30h Missa da ÚLTIMA CEIA, em S. Pedro
21.30h Missa da ÚLTIMA CEIA, em S. Martinho

Dia 30 – SEXTA-FEIRA SANTA

10.00h Oração de Laudes em S. Miguel
15.00h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO - S. Miguel
15.30h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO, em S. Pedro
21.15h Via Sacra da UPS – na Correnteza

Dia 31 – SÁBADO SANTO

10.00h Laudes em S. Pedro
11.30h Reunião com Catecúmenos, pais e padrinhos
21.15h VIGÍLIA PASCAL, em S. Miguel

Dia 1 – DOMINGO DE PÁSCOA

Horários normais do domingo, mais:
13.00h Missa na Penha Longa
16.30h Missa em Galamares e Manique



Notícias dos Vicentinos

Hermínia Dionísio (Presidente) - Rui Pereira (Tesoureiro)

A CONFERÊNCIA DE SÃO VICENTE DE PAULO EM 2017

Apresentamos novamente uma panorâmica geral da actividade da Conferência de São Vicente de Paulo (CSVP) de S. Pedro de Penaferrim durante o ano transacto.

Como sempre, impõe-se agradecer a todos os que de qualquer forma colaboraram com a Conferência ao longo do ano de 2017, quer oferecendo algum do seu tempo (muitas vezes já escasso!), quer através de ajudas materiais, que são a fonte essencial de uma das nossas principais actividades: a ajuda aos mais necessitados.

E foram, como graças a Deus têm sido, muitas e generosas as fontes das nossas receitas. Teremos que destacar as ofertas nos peditórios à porta das igrejas da UPS, os donativos e as quotas regulares dos nossos benfeitores e o valioso apoio autárquico, quer da Câmara Municipal, quer da União das Freguesias de Sintra.

Relativamente aos vicentinos, há a referir que somos praticamente os mesmos já descritos no Cruz Alta de Abril de 2017, mas um ano mais velhos...

De facto, muitos vicentinos continuam em escalões etários elevados. Assim, insistimos que se torna evidente a necessidade de rejuvenescimento, ainda que o panorama não seja comprometedor, pois a chegada à Conferência nos últimos anos de vicentinos e colaboradores mais novos e comprometidos atenua um pouco essa realidade.

Já em relação aos apoios que realizámos em 2017, podemos destacar que foram ajudadas 70 famílias/160 pessoas. A sua caracterização consta dos Quadros seguintes:

QUADRO I - AGREGADOS FAMILIARES DOS ASSISTIDOS

Nº Elementos por Agregado							Idades dos elementos do agregado					
1	2	3	4	5	6	>6	Até 2	3 - 9	10 17	18-30	31-65	Mais 65
21	16	24	6	3	0	0	4	21	25	14	74	22

Pode verificar-se que a maioria das famílias que apoiamos tem entre 1 e 3 elementos e que o escalão etário predominante é o dos 31 aos 65 anos. De realçar que 22 pessoas têm mais de 65 anos.

Já o tipo de apoios concedidos consta do Quando II.

QUADRO II - PRINCIPAIS TIPOS DE APOIOS

Alimentação	Saúde	Habitação
770	106	43

Concretizando um pouco, a alimentação corresponde à distribuição do Banco Alimentar, a saúde resulta fundamentalmente do apoio na aquisição de medicamentos e que na habitação estão incluídas, especialmente, ajudas no pagamento de rendas de casa e o pagamento de outras despesas domésticas (água, luz, gás).

Finalmente, é importante dar a conhecer quais foram os recursos que, durante o último ano, foram colocados à disposição da Conferência, assim como as actividades levadas a cabo com esses meios.

Assim, no quadro abaixo é possível encontrar a origem dos montantes que foram recebidos e as iniciativas em que foram gastos.

Receitas

Origem	Valor
Colectas realizadas nas reuniões internas da Conferência	480,76 €
Subscrições/Quotas de benfeitores	1 020,00 €
Peditórios à porta das Igrejas	5 866,80 €
Campanhas especiais, quermesses e vendas	209,03 €
Donativos particulares	151,00 €
Apoio da Câmara Municipal para actividades conditadas ao PAFI*	6 000,00 €
Apoio da Junta de Freguesia para o Banco Alimentar	1 000,00 €
Outras receitas consignadas a fins específicos	1 985,00 €
Total	16 712,59 €

Despesas

Actividades	Valor
Distribuição e reforço dos cabazes do Banco Alimentar	7 848,47 €
Comparticipação no pagamento de despesas de farmácia	2 284,12 €
Auxílio no pagamentos de despesas com a habitação	2 450,00 €
Pagamento de outras despesas	2 020,77 €
Apoio para recuperação de habitações após os incêndios de Verão **	500,00 €
Contribuição obrigatória para a Sociedade de S. Vicente de Paulo ***	400,73 €
Obras e reparações na sede	460,00 €
Despesas diversas e de funcionamento da Conferência	645,10 €
Total	16 609,19 €
Resultado final	103,40 €

* Programa de Apoio Financeiro às Instituições Sem Fins Lucrativos Promotoras de Desenvolvimento Social e de Saúde (PAFI)

** Enviado através da estrutura da Sociedade de S. Vicente de Paulo (SSVP)

*** Representa uma participação nas despesas da SSVP e visa também auxiliar outras Conferências em dificuldades

Nota: As receitas consignadas a fins específicos destinam-se, quase exclusivamente, ao reforço dos cabazes do Banco Alimentar.

Uma palavra final para convidar todos a CONTINUAREM A AJUDAR-NOS A AJUDAR, na firme certeza de que o que recebemos é canalizado para os mais necessitados e fragilizados da nossa terra. Vós, sem qualquer dúvida, sois o verdadeiro alicerce do nosso trabalho, o qual se consubstancia na ajuda ao próximo que esteja em situação de maior vulnerabilidade.

É importante reconhecer que esta é uma tarefa de TODOS os cristãos, até porque, tal como afirmou o Papa Francisco, em Novembro último, no I Dia Mundial dos Pobres:

“Abeirar-nos de quem é mais pobre do que nós, tocará a nossa vida. Lembrar-nos-á aquilo que conta verdadeiramente: amar a Deus e ao próximo.

Só isto dura para sempre, tudo o resto passa; por isso, o que investimos em amor permanece, o resto desaparece.”



Poesia

Maria de Lurdes Maceira

O importante da amizade

O importante da amizade

O importante da amizade não é conhecer o amigo; e sim saber o que há dentro dele!...

Cada amigo novo que ganhamos na vida, nos aperfeiçoa e enriquece, não pelo que nos dá, mas pelo quanto descobrimos de nós mesmos.

Ser amigo não é coisa de um dia. São gestos, palavras, sentimentos que se solidificam no tempo e não se apagam jamais.

O amigo revela, desvenda, conforta. É uma porta sempre aberta em qualquer situação.

O amigo na hora certa, é sol ao meio dia, estrela na escuridão.

O amigo é bússola e rota no oceano, porto seguro da tripulação.

O amigo é o milagre do calor humano que Deus opera no coração.



Notícias da Consolata
Rui Antunes

Viagem - Ao Sul da Missão

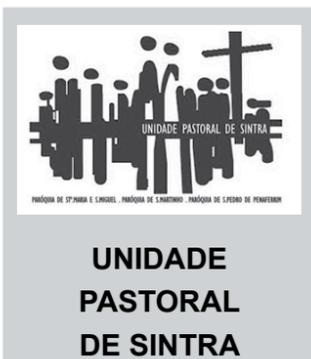
Os Leigos Missionários da Consolata, em conjunto com os Missionários da Consolata de Moçambique, irão, de 6 a 16 de abril de 2018, realizar uma viagem solidária às missões

Uma proposta de férias solidárias onde o turismo se cruza com a missão. Iremos visitar as missões ao sul de moçambique, conhecer a cultura moçambicana, a história, gastronomia e as praias que fazem destes país a "Pérola do Índico". Iremos visitar a cidade das Acácias, Maputo, seguiremos para a missão do Guiúa onde tomaremos contato com a história dos Mártires e visitaremos o santuário de Maria, Rainha dos Mártires. Visitaremos as escolinhas, o centro de formação catequética, a costura e o centro de Saúde. Faremos uma visita a Inhambane, onde Vasco da Gama chamou a este povo hospitaleiro de "Terra de Boa Gente". Da Igreja de Nossa Sra da Conceição à catedral, sempre banhada pela baía, terminaremos esta visita à cidade de estilo arquitetónico colonial, com uma ida às praias águas quentes do Índico. Continuando o nosso caminho para Vilankulo onde a vista será predominada pelos coqueiros e embondeiros, chegaremos a esta pequena vila banhadas pelas águas claras. Visitaremos a biblioteca e escolinhas e a pequena capela. No dia seguinte visitaremos a missão de Nova Mambone, onde ire-



mos conhecer a Salina de Batanhe e veremos o processo de fabrico do "Sal do Índico" e da flor de sal "Flor do Índico". Estaremos com alguns alunos apadrinhados pelo projeto dos leigos "Estuda Lá" e regressaremos a Vilankulo onde no dia seguinte iremos deliciar-nos novamente com as águas cristalinas. De Vilankulos voltaremos a Maputo para ficarmos alojados no Centro de Espiritualidade e faremos uma visita à capital Moçambicana. Destaque para a maravilhosa estação de caminhos de Ferro (considerada uma das

10 mais belas do mundo), a Igreja do Polana com a sua arquitetura em forma de Estrela, a Casa de Ferro projetada por Gustave Eiffel entre tantos outros pontos a visitar. Regressaremos a Portugal no dia 16, com a certeza de uma visita a este cantinho de África com um sabor único de férias solidárias e de visita às missões e aos trabalhos que os Missionários da Consolata realizam em prol deste povo. Para saber mais sobre a viagem "Ao Sul da Missão" visite o site www.adgentes.org.pt/viagem/



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA



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 Patrício da Irlanda

São Patrício, patrono da Irlanda, nasceu por volta do ano 377, numa aldeia Inglesa. Pouco se sabe da sua infância, apenas o que os historiadores encontraram na sua autobiografia "Confissões".

Filho de um diácono, aos dezasseis anos, quando foi raptado por piratas Irlandeses e vendido como escravo para a Irlanda.

Foi forçado a trabalhar arduamente nos campos de um povo que ainda era completamente rude e pagão. Várias vezes tentou fugir, mas sem êxito...até que finalmente conseguiu, regressou à Grã-Bretanha e daí seguiu para a Gália, atual França, onde começou uma vida monástica.

Acompanhou e seguiu a vida apostólica de São Germano, que o terá ordenado diácono e depois bispo, por terras da Grã-Bretanha... mas o seu maior desejo era voltar à Irlanda, onde tinha sido escravizado e onde sentia haver muito a fazer na evangelização e conversão daquele povo.

Após a morte do Bispo Paládio, que estava em missão na Irlanda, no papado de Celestino I, foi então confiado ao bispo Patrício que assumisse a missão de evangelizar a Irlanda. A missão Apostólica de São Patrício mudou para sempre a história da Igreja e o destino do povo irlandês. Toda a corte do rei Leogário se converteu ao cristianismo e assim começaram

a despontar novas vocações, missionárias e religiosas. Fundou numerosos mosteiros por toda a região, o que serviu de exemplo a outros religiosos por toda a Europa. Muitos dos missionários e evangelizadores que contribuíram para o enriquecimento da história da Igreja, partiram da Irlanda para o mundo, pela fé que o bispo Patrício lhes transmitia.

Um dos exemplos mais simples de que há memória, quando se recorda São Patrício, é a simples planta do "trevo" de três folhas, que lhe servia de demonstração, para exemplificar o sentido do mistério da

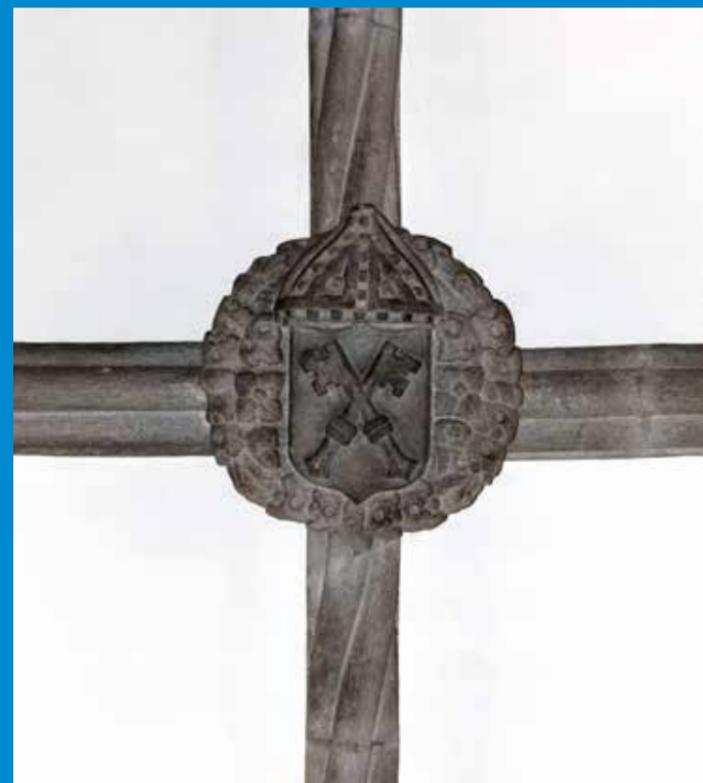


Santíssima Trindade, "um só Deus em três pessoas".

Faleceu a 17 de março do ano 461, dia em que por toda a Irlanda, e um pouco por todo o mundo, é celebrada a sua memória litúrgica. Existem em todo o território irlandês, cerca de duas centenas de santuários em honra de São Patrício, onde o povo ergue as suas orações.



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 de uma tampa de sepultura medieval, do antigo cemitério de Santa Maria, em Sintra, exposta no Museu de Odrinhas.



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