



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta

Dezembro
2018

Edição nº 164- Ano XVI
Diretor: P. Armino Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



"O VERBO SE FEZ CARNE, E HABITOU ENTRE NÓS"
(Jo 1,14)

Jovens vão a Taizé



Página 3

Youcatday



Página 4

Crismas



Página 7

ABERTURA DO MUSEU DAS
PARÓQUIAS DE SINTRA
PÁGINAS CENTRAIS

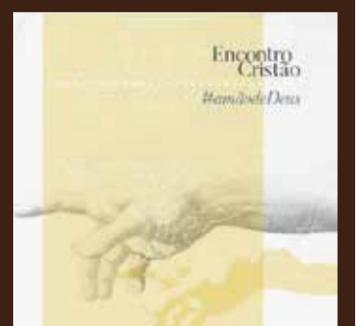


Histórias de Vida



Página 10

IX Encontro Cristão



Página 14



Editorial

José Pedro Salema

O Natal também é...



... um tempo de acolhimento para me preparar e deixar Jesus renascer dentro de mim!

"O Reino de Deus está no meio de vós."

Mas como vou conseguir encontrar essa Paz tão importante para vencer este reboiço e confusão em que eu vivo? Como posso acolher o Jesus Menino no meu peito tão agitado, e ter a certeza da Sua presença, quando sinto, que dentro e fora de mim, reside o medo e a inveja, o egoísmo e o rancor, a solidão?

"Preciso de Ti, meu Deus!"

Natal é Vida, é Amor, é sentir o outro com ardor! É ter Deus no coração e caminhar com Jesus! É dar um pouco de mim, e arrastar os outros comigo.

A necessidade que temos de Deus na nossa vida obriga-nos a este recolhimento. E esta época natalícia é propícia e ajuda-nos a despertar aquela chamazinha que trazemos dentro de nós. Olhamos com mais ternura para os outros, e em muitos rostos conseguimos ver o olhar de Jesus que aquece o nosso coração.

Quando me apercebo que este Deus, que é o Deus que habita em todos nós, me desafia a "ir ao Seu encontro", peço a Jesus que também renasça dentro de mim, se instale no meu coração, que eu encontre na Alma o Seu carinho, o aconchego da Sua mão, para nunca mais ficar sozinho.

Que a ternura do presépio amoleça os nossos corações e que nos deixemos moldar pelo exemplo da vida de Cristo. E acolher a Sua Paz imensa. Para que juntos, no meio da alegria de cristãos, em cada passo que for dado, tenhamos a certeza de que o Seu Reino está no meio de nós, e entregando-nos em cada dia, podemos espalhar esta alegria no Mundo.

Desejos de um Santo e Feliz Natal! ■



Os Nossos Padres

Pe. João Inácio

A propósito do "Ano de Liturgia"

Já nos habituámos a que todos os anos (ou quase todos) recebamos indicações pastorais vindas quer da Santa Sé, quer da Conferência Episcopal, ou apenas do Ordinário do Lugar (Bispo), para vivermos de forma mais aprofundada um determinado aspeto da nossa vida cristã e para reforçarmos os laços da nossa eclesialidade.

Terminado o ano dedicado à Palavra, ao longo do qual foram realizadas variadas e riquíssimas iniciativas, entrámos no novo ano de pastoral com o lema: "Fazer da Liturgia um Lugar de Encontro".

Este tema pastoral faz parte da caminhada sinodal diocesana, e é, para todos nós, uma oportunidade para aprofundarmos tudo o que de mais importante engloba o conceito Liturgia. Iniciativas, quer diocesanas, quer vicariais e paroquiais ajudar-nos-ão a compreender o que significa o conceito em causa. Se podemos falar de liturgia nos mais variados setores da nossa vida cristã e eclesial, é sobretudo na celebração dos sacramentos e com maior incidência na celebração da Eucaristia, que usamos a palavra Liturgia.

Na sua Exortação Apostólica Pós-Sinodal, Sacramen-

tum Caritatis (Sacramento da Caridade), o Papa emérito, Bento XVI, fala da Ars celebrandi (Arte da celebração), isto é, o modo de celebrar retamente como condição essencial para a participação ativa e frutuosa de todos os fiéis na Eucaristia. Tal só é possível se e quando são observadas fielmente as normas litúrgicas na sua integridade.

Assim, deverá haver harmonia no rito, nas vestes litúrgicas, na decoração e no lugar sagrado. Deverá dar-se atenção a todas as formas de linguagem previstas pela liturgia: a palavra e o canto, os gestos e os silêncios, o movimento do corpo, as cores litúrgicas dos paramentos. Enfim, é necessário que, em tudo quanto tenha a ver com a Eucaristia, haja gosto e beleza (SC.38, 40, 41). Diz ainda que «Na arte da celebração, ocupa lugar de destaque o canto litúrgico.

O cântico é uma manifestação de alegria e, se considerarmos melhor, um sinal de amor. Verdadeiramente, em liturgia, não podemos dizer que tanto vale um cântico como outro; a propósito, é necessário evitar a improvisação genérica ou a introdução de géneros musicais que não respeitem o sentido da liturgia. Enquanto elemento litúrgico, o canto deve integrar-se na forma própria da celebração ... que se valorize adequadamente o canto gregoriano como canto próprio da liturgia romana» (SC.42).

Estas afirmações do Papa ajudam-nos a compreender que, só é possível uma participação ativa e frutuosa de todos na celebração da Eucaristia quando existe harmonia, uma espécie de sinfonia entre todas as partes que compõem o momento celebrativo. A celebração da Eucaristia deve ser comparada a uma orquestra musical onde cada instrumento trabalha para o todo, e assim nasce a melodia que a todos encanta. Embora as orientações deixadas pelo Sumo Pontífice sejam o ideal a alcançar, nem todas as comunidades paroquiais reúnem condições para



Eucaristia, Sacramento da Caridade

atingir os patamares desejados. No entanto é importante não as ignorarmos, sob pena de fazermos um caminho totalmente à margem do que são as normas oficiais da nossa Igreja.

Devemos aproveitar a riquíssima diversidade das expressões musicais e rítmicas de cada zona e de cada movimento procurando, contudo, não pôr de parte o que nos é proposto oficialmente. Desse modo, importa deixar aqui alguns pontos de reflexão que nos desafiam a todos, presbíteros, diáconos, leitores, cantores, acólitos, e fiéis em geral, e desse modo tornarmos as nossas celebrações verdadeiramente ricas, dinâmicas e frutuosas.

É importante que a homilia do presidente faça diferença na compreensão e na vivência da Palavra proclamada numa determinada celebração; porém não é menos importante a atuação do grupo coral bem preparado, com cânticos previamente escolhidos e bem ensaiados de acordo com a celebração de cada domingo, assim como o salmo cantado por quem na verdade sabe, não apenas por alguém que julga saber, como também a leitura bem proclamada e o harmonioso serviço dos acólitos ao Altar.

Por isso, todos os agentes de pastoral envolvidos no dinamismo litúrgico das nossas comunidades devem interessar-se pela sua formação e pelo aperfeiçoamento dos seus conhecimentos, para melhor servirem a comunidade. Afinal, os sacramentos são a fonte de vida da Igreja e é por eles que somos Igreja. Neste ano dedicado à formação litúrgica façamos com que alguma coisa mude para melhor na vida sacramental das nossas comunidades. ■



A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

TEMPUS FUGIT

Que o tempo fuge ou como vulgarmente se diz o tempo voa, já Virgílio, poeta romano, o cantava nas suas Geórgicas, versos que celebram a vida do campo com os seus ciclos das sementeiras e das colheitas. Assim, perante a realidade da nossa natureza assente na precariedade e na fragilidade das coisas deste mundo que passam, o cren-te vê os sinais da vinda do Senhor. Não procura saber a hora da realização dos acontecimentos.

A igreja através da liturgia chama, e lembra-nos, que o nosso tempo está próximo do fim para cada um de nós. Por

isso, pede para estar alerta e vigiarmos, porque o tempo está próximo e não sabemos quando será o dia e a hora.

O salmista recorda que: os dias da nossa vida andam pelos setenta anos e, se robustos, por uns oitenta: a maior parte são trabalho e desilusão, passam depressa e nós partimos (Sl 89,9-10). Por isso na sua oração pede ao Senhor que lhe ensine a contar os dias, para chegar à sabedoria do coração. Voltai, Senhor! Até quando...? (Sl.89,12-13ª)

Contudo há um tempo de esperança que se aproxima e dá início a um novo ciclo litúr-

gico: é este o mistério do Advento que anuncia a vinda do nosso Salvador Jesus Cristo. O Senhor que já veio, que vem e que virá com os seus anjos para reunir os seus eleitos de todos os cantos do mundo.

A nossa esperança está nas sucessivas revelações de um Salvador, de um Messias que encarnou na Humanidade para estabelecer um reino de justiça, que não é deste mundo. Por isso, tomai cuidado, vigiai, pois, não sabeis quando chegará esse momento.

O que vos digo a vós, digo a todos: **VIGIAI!** (Mc.13,33,37)



Encontro Diocesano de Acólitos

Foi com grande alegria que decorreu no passado dia 3 de novembro o Encontro dos Ministrantes do Altar (EMA) na Paróquia da Amadora. Um dia bem passado junto de 400 acólitos de toda a Diocese de Lisboa que contou com a presença do Cardeal Patriarca – Dom Manuel

Clemente. Da Unidade Pastoral de Sintra (UPS) participaram 9 acólitos e o dia começou com uma conversa com o Cardeal Patriarca, após a Oração da Manhã. Seguiu-se um momento de animação que terminou com almoço. Da parte da tarde os acólitos foram divididos

por idades e tiveram diversos workshops relacionados com a Liturgia. O dia terminou da melhor maneira com a Eucaristia. Para os acólitos que participaram o balanço foi extremamente positivo e já só pensam no próximo encontro, no dia 26 de outubro de 2019!



Grupo de Jovens da UPS irá em Peregrinação a Taizé

De acordo com a vontade manifestada pelos jovens, vamos realizar mais uma experiência ecuménica em Taizé – a aldeia francesa que continua a ser “parábola de comunhão”.

A organização será em conjunto com as turmas de EMRC do Agrupamento de Escolas Monte da Lua.

Programa – Participar na vida da comunidade ecuménica de Taizé: reunir-se com os irmãos na oração; juntar-se a jovens de outros países para grupos de reflexão e de tarefas práticas (servir refeições, lavar loiça, fazer limpezas); 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: 3 a 10 março 2019;

Partida: Parque Urbanismo dia 3 às 20h30; chegada mesmo local dia 10 às 21h.

Preço: Entre 150 a 170€, consoante n.º de participantes (quantos mais forem a pagar o autocarro, mais barato será).

Inclui viagem autocarro, estadia Taizé (dormida em camarata e 4 refeições diárias) e seguro de assistência em viagem.

Reunião preparação para participantes e encarregados de educação: 25/01/2019 às 21h15 no salão da igreja de S. Miguel.



DIA MUNDIAL DO COMBATE À POLIOMIELITE

O Rotary Club de Sintra assinalou o Dia Mundial da Poliomielite* (Paralisia Infantil), lembrando desta forma Albert Sabin que, em 1962, licenciou a vacina oral para prevenção deste flagelo que constitui, ainda hoje, uma forte ameaça para as crianças mais desprotegidas do Planeta.

Em 1985, o Rotary lançou a sua primeira campanha global para imunizar crianças contra a Polio. Em 1988, a Organização Mundial da Saúde, a Unicef e o Centro Norte-Americano de Controle e Prevenção de Doenças juntaram-se ao Movimento Rotary.

Graças ao intenso trabalho desenvolvido ao longo dos anos, o mundo viu os casos

de poliomielite reduzirem-se em mais de 99%, prevenindo 5 milhões de paralisias e 250 mil mortes. Quando o trabalho foi iniciado em 1985, a poliomielite infetava mais de 350 mil crianças anualmente em todo o mundo.

Os parceiros do Rotary na Iniciativa Global de Erradicação da Polio e governos do mundo inteiro foram essenciais ao nosso sucesso na luta contra a paralisia infantil.

O Rotary doou mais de 1,4 bilhões de dólares e inúmeras horas de trabalho voluntário para a erradicação da poliomielite. A pólio foi erradicada em todos os países, exceto Paquistão, Afeganistão e Nigéria. No fim deste ano, a nação africana

pode ser retirada de vez da lista de países endémicos.

Se o mundo continuar fazendo do combate à polio uma de suas principais prioridades, o Rotary e seus parceiros pretendem alcançar a erradicação mundial da doença até 2019.

Estamos a um passo da concretização do sonho da erradicação da segunda doença humana do planeta (após a varíola). Há décadas que esta doença persegue, sobretudo, as crianças mais desfavorecidas. Não podemos ficar indiferentes e permitir que crianças sejam incapacitadas para a vida inteira ou que a doença condene à morte milhões de seres inocentes e indefesos.

Esta é também uma

forma de homenagearmos os largos milhares de voluntários, rotários e não rotários, que no terreno tem contribuído decisivamente para chegarmos a este ponto.

Agora, como diz o último slogan, “Falta Só Isto” – “We are this close”.

Assim, mantêm-se os esforços necessários para conseguir atingir a meta de em 2019 declarar o fim da transmissão do vírus.

Para isso, a Rotary Foundation propõe-se contribuir com 135 milhões de dólares, a que corresponderá um mínimo de 270 milhões da Fundação Bill & Melinda Gates.

Neste valor propõem-se os rotários do Distrito 1960, com os nossos parceiros, participar com um mínimo de 20.000 €.

* A Poliomielite, também conhecida como Polio, é uma doença viral altamente contagiosa, que afeta

principalmente as crianças pequenas. O vírus é transmitido através de alimentos e água contaminados e multiplica-se no intestino, de onde pode invadir o sistema nervoso. Muitas pessoas infetadas não apresentam sintomas, continuando, no entanto, a contaminar outras pessoas. Causa paralisia e deformações no corpo.



Youcat Bible Day – Uma Aventura

10º volume catequese, S. Miguel

Embarcar numa nova aventura é sempre bom! Principalmente quando essa aventura nos remete a Jesus.

Com isso na ideia embarcamos, no dia 10 de novembro, rumo ao Youcat Bible Day, uma atividade da Diocese de Lisboa destinada aos adolescentes. Ao longo do dia fomos convidados a refletir sobre a nossa experiência de vida à luz da Palavra de Deus (catequese), a anunciar a Palavra (missão de rua), a fazer a festa (Youcat party) e a celebrar a fé (Eucaristia). Da nossa Unidade Pastoral de Sintra fomos cerca de 50 jovens acompanhados pelos catequistas. Divididos em grupos consoante a catequese escolhida, dirigimo-nos para várias Igrejas da baixa de Lisboa, onde iriam decorrer as respetivas atividades. A nossa catequese tinha por tema “Ei! You!...arriscas? Quem não arrisca não petisca” e lá fomos até à Igreja da Madalena ouvir o que o Pe. Tiago Esteves tinha a dizer sobre o assunto. Nesta catequese,

que ele subdividiu em dois temas, ficámos a saber quem somos nós, os adolescentes: imaturos, sem saber lidar com o sofrimento e as frustrações da vida que nos dão conhecimento e maturidade; mais preguiçosos, habituados a ter tudo rapidamente; impacientes; instáveis, pouco curiosos e pouco trabalhadores, uma geração que gosta de perscrutar tudo. Contudo, também gosta de fazer outras coisas importantes como o voluntariado, ir em missão, ajudar em campos de férias ou qualquer outra atividade de verão. Qual a terapia para tudo isto? Seguindo o texto de Mateus 19,16-26, sobre o jovem rico, chega-se à conclusão que a melhor terapia para a nossa geração é confiar em Deus. Deus sabe tudo sobre nós e só nos pede o nosso melhor. Não nos esquecermos D’Ele na oração e no encontro semanal na Eucaristia, saber que é Ele que guia a nossa vida, significa acreditarmos no Senhor. Deus não nos quer de papo cheio de coisa

nenhuma e por isso precisamos de CONFIAR N’Ele. A oração ajuda-nos a acolher o sucesso e a superar os fracassos da vida, ela é o melhor remédio para uma relação de confiança em Deus.

Terminámos a cantar a oração de S. Inácio por resumir muito bem esta catequese: “Tomai, Senhor, e recebei toda a minha liberdade, a minha memória e o meu entendimento; toda a minha vontade e tudo o que possuo. Vós mo destes, a Vós o restituo. Tudo é vosso, disponde segundo a Vossa vontade, dai-me apenas Senhor, o Vosso Amor e graça, que isso me basta.”

Partimos depois em missão. Entrámos em diferentes lojas a pedir caixas de papelão de modo a fazer a base de um puzzle. Em cada loja entregámos uma frase da Encíclica do Papa Francisco Laudato Sí. Já no Terreiro do Paço almoçámos e fomos à procura da nossa figura bíblica: Noé. Com essa figura aprendemos uma canção e abrimos o cortejo rumo à Igreja

de S. Domingos, que encheu com os mais de 2000 adolescentes presentes, o local da Eucaristia.

Foi uma missa diferente! Para não se fazer barulho e aproveitar ao máximo o espaço disponível, só nos levantámos para a comunhão. Na homilia, D. Nuno Brás começou por dizer que Lisboa recebeu o sol, que é Jesus Cristo, trazido por tantos jovens. Pediu que fizéssemos a diferença onde formos, que nos demos a nós próprios como Jesus fez. Que estejamos completamente disponíveis para o que Ele nos quiser dar. A questão não é a utilidade mas sim a disponibilidade total para com Ele. Terminou com este apelo: Deixem que o Senhor vos convide, deixem Deus fazer parte da vossa vida e levem-n’O a todo o



lado.

Regressámos a casa cansados mas de coração cheio de um sábado diferente nas nossas vidas, em que a palavra de ordem é CONFIAR em Deus sem reservas.



9.º volume catequese, Linhó

No dia 10 de Novembro, sábado, encontramos-nos todos na estação de Sintra, para ir para uma grande aventura.

Sim aventura, porque íamos “sozinhos”, sem os pais, de comboio até ao Rossio.

Sabem porque fomos? Fomos encontrarmo-nos com jovens, de todas as regiões de Lisboa, para participar no Youcat Day.

Devem estar a perguntar o que é o Youcat Day? Pois bem, o Youcat Day é um en-

contro de jovens da nossa idade (11-15) que serve para espalhar a fé cristã.

Quando chegámos fomos distribuídos pelas diversas igrejas da Baixa de Lisboa. Nós em concreto fomos para a Igreja de São Domingos. Lá, fizemos varias atividades em equipa com a parábola do Bom Samaritano como tema.

Na igreja assistimos a uma catequese dada pelos jovens do movimento Focolares. No final dessa catequese deram-nos uns sacos com missões

diferentes para cada grupo.

A nós, grupo do Linhó, calhou-nos a missão de dar terços às pessoas que encontrávamos na rua Augusta no caminho a pé até ao Terreiro do Paço.

Esta missão foi mais difícil do que estávamos à espera, porque as pessoas com quem falávamos ficavam assustadas porque, primeiro não estavam à espera; segundo não estão habituadas a ser abordadas por jovens na rua. Ainda assim demos os terços todos!

Depois participámos numa

atividade, no Terreiro do Paço, em que tivemos de encontrar personagens bíblicas. A nossa personagem era a Maria.

De seguida voltámos à igreja de São Domingos para celebrar a Eucaristia com todos os outros jovens.

Apesar da chuva, do frio e das pernas doridas VALEU A PENA!



A PAULUS Editora e o Instituto Diocesano de Formação Cristã têm o prazer de convidar V. Ex.ª para a apresentação do livro

A liturgia segundo o Papa Francisco
Guia de estudo e reflexão

27 DE NOV | 19H00
Instituto Diocesano de Formação Cristã
Igreja do Sagrado Coração de Jesus
Rua Camilo Castelo Branco, nº. 4, Lisboa
(metro Marquês de Pombal)

Apresentação:
D. Manuel Clemente, Cardeal-Patriarca de Lisboa

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

Infecções das vias urinárias - Cistites

Como sabemos, o aparelho urinário é constituído pelos rins, ureteres, que são os dois canais que transportam a urina de cada rim para a bexiga e a uretra que elimina a urina para fora do corpo. Todas estas estruturas podem sofrer infecções, ou seja, podem ter presentes micro-organismos infecciosos. De uma forma geral, podem-se dividir as infecções das vias urinárias (IVU) em superiores, quando são atingidos os rins e ureteres e as inferiores quando se localizam na bexiga e uretra. Estas IVU são muito mais frequentes, em especial as cistites, e serão estas que serão abordadas, de forma sucinta, concretamente pela sua frequência e importância clínica, neste artigo de hoje. Estas infecções da bexiga, as cistites, podem ser causadas geralmente por bactérias e, raramente, por vírus, fungos ou parasitas. A bactéria mais frequente que é causadora destas infecções é a *Escherichia Coli*, conhecida vulgarmente por Coli-bacilo. Mas a *klebsiella*, *Proteus* e outras bactérias podem ser também causadoras. Estas IVU inferi-

ores são geralmente causadas por bactérias do próprio corpo, do próprio intestino. Não é, portanto, geralmente, uma doença transmitida de uma pessoa a outra pessoa. Estas IVU inferiores são muito frequentes, sabendo-se que cerca de 70% de todas as mulheres sofreram pelo menos um episódio em toda a sua vida.

Incidência

As cistites, de uma forma geral, são muito mais frequentes no sexo feminino, por razões anatómicas. Nos homens estas infecções podem iniciar-se na uretra que se estendem à próstata e depois à bexiga. As infecções crónicas, arrastadas nos homens, estão geralmente ligadas a prostatites e exigem a toma de antibióticos de forma prolongada. Isto, porque os antibióticos na bexiga eliminam rapidamente as bactérias, mas na próstata já não tão facilmente. Os homens com IVU de repetição devem ser avaliados por um urologista. Considera-se IVU inferiores de repetição quando ocorrem mais de três vezes ao ano. Se nos debruçarmos nos

sobre a incidência das IVU, chega-se à conclusão de que os recém-nascidos mais atingidos são os do sexo masculino, mas, do primeiro ano de idade em diante, na infância, invertem-se os casos, passando a ser muito mais frequentes no sexo feminino. Durante a adolescência, este tipo de infecções são pouco frequentes, embora se mantenha a incidência no sexo feminino. Entre os 20 e os 50 anos as infecções das vias urinárias são cerca de 50 vezes mais frequentes nas mulheres. Nos anos seguintes, até à velhice, as infecções deste tipo são frequentes, notando-se uma menor diferença da incidência entre ambos os sexos.

Sintomas

As cistites produzem, em geral, uma frequente e urgente necessidade de urinar e uma sensação de ardor ou dor durante a micção. A dor localiza-se no baixo ventre. Outro sintoma pode ser a micção frequente durante a noite. A cor da urina pode apresentar-se turva e, em cerca de um terço dos casos, contém sangue vi-

sível. Por vezes, uma infecção da bexiga não causa sintomas e é descoberta quando se realiza uma análise de urina por rotina. Estas infecções assintomáticas são especialmente frequentes nas mulheres de idade avançada, podendo ser a incontinência urinária uma consequência desta situação.

Prevenção, diagnóstico e tratamento

Na prevenção deste tipo de infecções os doentes devem ingerir líquidos de forma adequada e nunca deverão conter a urina na bexiga de forma prolongada.

Baseado nos sintomas típicos da cistite, o médico pede o exame bacteriológico cultural da urina (urocultura) e o eventual antibiograma. Colhe-se a amostra da urina num recipiente esterilizado. O resultado do exame demorará uns dias. O médico poderá esperar pelo resultado e medicar de acordo com a indicação do antibiograma, ou, pelo contrário, caso os sintomas sejam marcados, medicar com um antibiótico específico, por exemplo numa toma de dois dias, como op-

ção. O médico deverá sempre, uns dias após o doente ter terminado a medicação, repetir a uro-cultura para confirmar a ausência da infecção. O doente, como primeira medida, deve ver se tem febre e deve ingerir líquidos em quantidade, pois é muitas vezes a ingestão de líquidos uma forma de eliminar uma leve infecção da bexiga. Nas pessoas de idade avançada a infecção que não produz sintomas geralmente não exige tratamento. Podem tomar-se antibióticos continuamente em doses baixas como prevenção contra a infecção, no caso de IVU de repetição. Nestes casos, os doentes deverão recorrer a um urologista no sentido de se tentar perceber a causa dessas infecções urinárias recorrentes. Uma nota final: deve-se evitar o uso indiscriminado de antibióticos, porque altera a flora bacteriana, facilita a ocorrência de infecções ginecológicas, como a candidíase, cria resistência ao tratamento das infecções. Deverão realizar-se prioritariamente exames laboratoriais da urina de rotina, ou quando clinicamente se justifique. ■

O Jantar de Agrupamento

Comunidade Pioneiros

Um agrupamento que ensina jovens de todas as idades a crescer e a tornarem-se maduros todos os anos faz um jantar. Jantar que de uma forma ou de outra mostra as capacidades de todos e as suas melhores habilidades.

Portanto, no dia 10 de novembro de 2018 um dia de trabalho está à porta. Todo o seu sucesso depende de união e fluidez do desempenho das diferentes equipas. Todos têm um papel, lobitos com incríveis habilidades mímicas fingem ser animais, exploradores trabalhadores fazem decorações juntamente com os outros, pioneiros extrovertidos ensaiam um fantástico Quiz e desde as 10 da manhã desse mesmo dia todos se preparam. Mesas são montadas, decoradas, aperaltadas e postas prontas a servir toda a gente do seu me-

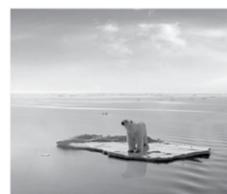
lhor agrado. Decorações são feitas, penduradas, cortadas e retocadas a fim de que todo o espaço do salão paroquial tenha um ar mais escutista. Uma floresta na entrada, folhos a cair do teto e um palco que representa a diferença entre a beleza da natureza e a poluição do homem. Nas cozinhas temos um fantástico grupo de jovens cozinheiros a preparar com todo o afinco um jantar que possa deliciar toda a gente. Tudo isto até que chega o momento da verdade. A missa acaba. Grupos de famílias, amigos e conhecidos juntam-se na entrada prontos a serem sentados e acomodados. O dito jantar tem então o seu início. Cada mesa uma equipa, a cada pergunta do Quiz uma resposta. Pratos voam nos carrinhos conduzidos pelos nossos eleitos empregados

ao encontro de quem espera por eles. Duas jovens e um jovem, todos muito carismáticos, apresentam o entretém do jantar. E no final uma equipa, de nome "Burro Mirandês", vence o dito Quiz sobre o ambiente.

Um dia de trabalho chega ao fim, uma noite de diversão e jogos faz o mesmo. Tudo deu certo. Mas o que nem toda a gente sabe é que existe um grupo secreto de voluntários, a equipa "Copa", que fez com que os pratos sujos voltassem limpos para os armários, e os talheres voltassem muito bem para as suas origens. Todo o trabalho feito pelos jovens acaba numa hora bem passada e todo o nervosismo e pressão acaba quando se vê que com os nossos escuteiros unidos tudo corre bem. E assim aconteceu, mais um ano. ■



JANTAR DE AGRUPAMENTO



Sopa de legumes da horta
Lasanha à Caminheiro*
Sobremesa Surpresa

*existe opção vegetariana sob pedido

ESPECTÁCULO-QUIZZ

BLUE PLANET



A Paróquia de Algueirão tem novo Pároco

No dia 22 de setembro na celebração eucarística presidida por Dom Joaquim Mendes, tomou posse da Paróquia de Algueirão, Mem Martins e Mercês, o novo pároco, o P. Manuel Oliveira Marques da Silva, que substituiu o P. João Braz, nomeado pároco de Alcabideche. O P. Manuel, faz parte da comunidade religiosa da Congregação dos Pobres Servos da Divina Providência, que desde maio de 2017, iniciou a sua presença em Portugal, estabelecendo-se na Paróquia de Algueirão. Além dele a comunidade é composta pelo P. João Vieira, de origem Angolana, e pelo Irmão Cristinel Gherfi, que vem da Roménia.

Depois de um ano de colaboração no trabalho pastoral da paróquia, com o pároco P. João Braz, o Senhor Patriarca, em julho de 2018, confiou a missão pastoral desta paróquia a esta Congregação,

iniciando assim a sua primeira casa em Portugal.

A Congregação dos Pobres Servos da Divina Providência, é de origem Italiana, fundada por São João Calábria, na cidade de Verona, no ano de 1907, que começou com uma Obra em favor das crianças órfãs e abandonada da cidade de Verona. Mais tarde esta pequena Obra deu origem à Congregação dos Pobres Servos, abrindo-se a outras atividades em favor das pessoas mais desfavorecidas da sociedade. São João Calábria nasceu em 1873 e morreu em 1954, e foi canonizado em 1999. Além do ramo masculino formado de Padres e Irmãos consagrados, o P. Calábria fundou também o ramo feminino, das Irmãs Pobres Servas da Divina Providência, que têm o mesmo carisma.

O Carisma e a missão desta Congregação, é de avivar no mundo a fé na paternidade

de Deus e a confiança na sua Divina Providência, através do seu serviço em favor dos mais carenciados e excluídos da sociedade. O lema evangélico inspirador da Congregação é: "Buscai em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua Justiça e tudo o resto vos será dado por acréscimo." (Mt. 6,33). A Congregação atua nos mais diversos campos de missão como: trabalho com crianças com problemas familiares; trabalho pastoral nas paróquias; assistência sanitária a doentes pobres em hospitais, trabalho com pessoas idosas que vivem em solidão; trabalho com pessoas com deficiência. A Congregação é aberta a todos os campos de missão que sejam em favor das pessoas mais pobres e excluídas da sociedade, tendo em vista a sua promoção humana e espiritual. Além disso a Congregação acolhe jovens vocacionados, que sentindo

o chamamento do Senhor, desejam viver o carisma da Congregação no serviço aos irmãos mais necessitados.

Atualmente a Congregação está presente em 4 continentes. Na Europa (Itália, Roménia e Portugal), na América Latina (Brasil, Argentina, Uruguai, Paraguai), na Ásia (Índia e Filipinas), em África (Angola

e Quénia).

A vinda desta Congregação à Paróquia de Algueirão, Mem Martins e Mercês, é uma mais valia, para esta grande paróquia, tendo como objetivo desenvolver um trabalho missionário de evangelização e atenção aos mais carenciados, numa região multicultural como é este território. ■



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Maria Teresa Frazão

Às vezes...

Às vezes, o Natal não parece Natal.

Enfeites, luzes, ruídos. Tudo a mais. Tudo demais.

E tanta pressa!

Zango-me.

E não quero.

Parece-me que sou eu quem precisa de parar para ver o que escondem estas imagens, estes gestos que, aparentemente, Te não dizem.

Talvez que por umas semanas os homens e as mulheres dos nossos dias nos mostrem deste jeito ruidoso, nesses enfeites, nessas luzes, que querem ver Jesus.

Como Zaqueu, o publicano, que inopinadamente subiu a uma árvore para Te alcançar.

Também Tu, Senhor, és tão inesperado.

Vais nascer fora da cidade.

Num curral de gado.

Numa manjedoura.

E afirmarás que a Tua «Boa Nova» é antes de mais para os mais pobres, os mais débeis, os sem voz.

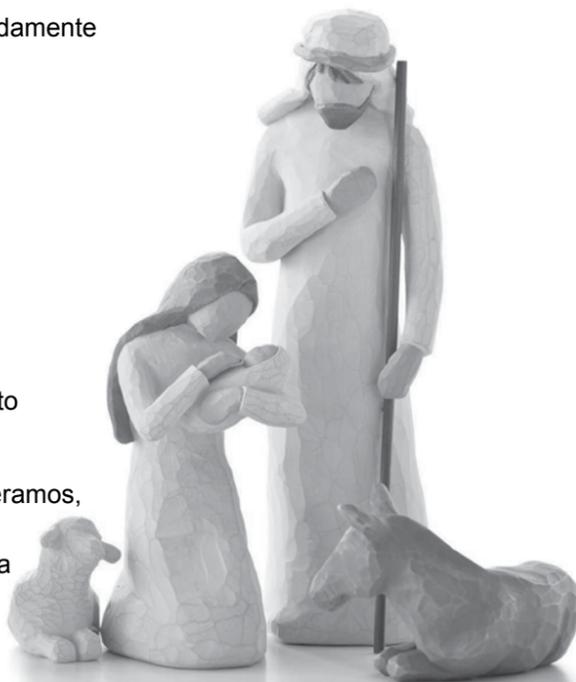
Hoje, são estes homens e mulheres, os meus irmãos, que desse jeito sem jeito nos dizem «que querem ver Jesus».

Ensina-nos, nestes dias em que Te esperamos, os gestos fraternos e concretos que a todos hão-de mostrar a Tua estrela e Te hão-de revelar

Luz para o mundo,

Menino Deus,

sempre companheiro. ■



FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA**

QUEIJADAS DA **SAPA** CINTRA

Volta do Duche, 12
Tel. 219230493

SINTRA
PORTUGAL

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

COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Confeitaria - Churrasqueira

D. PIPAS

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)
2740 SINTRA
Tel.: 219234278

Espaço Doutrinal

P. João Inácio

Neste nosso "Espaço Doutrinal", vamos falar do Sacramento da Eucaristia: significado e algumas das suas designações ou nomes.

O Catecismo da Igreja Católica começa por dizer que a Eucaristia «É o próprio sacrifício do Corpo e do Sangue do Senhor Jesus, que Ele instituiu na última ceia, na noite em que foi entregue, para perpetuar o sacrifício da cruz no decorrer dos séculos até ao seu regresso, confiando assim à sua Igreja o memorial da sua Morte e Ressurreição. É o sinal da unidade, o vínculo da caridade, o banquete pascal, em que se recebe Cristo, a

alma se enche de graça e nos é dado o penhor da vida eterna» (Compêndio CIC.271).

O Sacramento da Eucaristia recebe diversos nomes por causa da sua riqueza inesgotável. Apontamos alguns:

1. EUCARISTIA - porque é ação de graças a Deus pelas suas obras: a criação, a redenção e a santificação (CIC. 1328).

2. CEIA DO SENHOR - porque é a ceia que o Senhor comeu com os seus discípulos na véspera da sua morte (CIC.1329).

3. FRAÇÃO DO PÃO - por causa do rito utilizado por Jesus na última ceia como chefe

de família judaica que abençoava e distribuía o pão. É por esse gesto que os seus discípulos o reconhecem depois da ressurreição e é com esta expressão que os primeiros cristãos designaram as suas assembleias eucarísticas (CIC.1329).

4. ASSEMBLEIA EUCARÍSTICA - porque a Eucaristia é celebrada em assembleia de fiéis, tomando visível a Igreja (CIC. 1329).

5. MEMORIAL DA PAIXÃO E RESSURREIÇÃO DO SENHOR - Trata-se de um sinal através do qual a Igreja torna presente o sacrifício da cruz. Não se trata de uma

mera recordação, mas sim, uma atualização, isto é, dar vida nas nossas vidas, hoje, ao gesto que Jesus realizou há mais de dois mil anos (CIC. 1330).

6. SANTO SACRIFÍCIO DA MISSA - porque atualiza o único sacrifício de Cristo Salvador e inclui a oferenda da Igreja; (CIC.1330).

7. SANTA MISSA - porque a celebração da Eucaristia termina com o envio dos fiéis («missio»), para que vão cumprir a vontade de Deus na sua vida quotidiana.

No próximo número do nosso jornal abordaremos os seguintes temas: participação



ativa na Eucaristia e Eucaristia através dos meios de comunicação social.

ENSINAMENTOS PAPAIS

P. João Inácio

Ao longo destes últimos números do nosso Jornal, temos ocupado o nosso espaço, Ensinamentos Papais, com reflexões tiradas da Exortação Apostólica Gaudete et Exultate (Alegrai-vos e Exultai) do nosso Papa Francisco sobre a chamada à santidade no mundo atual. Nas duas últimas edições procurámos deter-nos mais sobre as características da santidade no mundo atual que, segundo o nosso Papa são cinco: Suportação, Paciência e Mansidão, Alegria e Sentido de humor, Ousadia e Ardor. Vamos finalmente resumir o seu ensinamento

sobre a Ousadia e o Ardor:

A santidade é PARRESIA, palavra de origem grega que significa ousadia, entusiasmo, falar com liberdade, disponibilidade para Deus e impulso evangelizador que deixa marca neste mundo. Isto só é possível porque Jesus vem ao nosso encontro repetindo-nos constantemente: «Não temais. Eu estarei sempre convosco até ao fim dos tempos». É com esta confiança e certeza que, tal como os apóstolos, também nós hoje, nos sentimos encorajados, apesar da nossa fragilidade, a gastar a nossa vida ao serviço do Reino e a

colocar os nossos carismas ao serviço dos outros. A falta de Parresia é um dos obstáculos à evangelização, porque nos faz viver na comodidade quando, ao invés, o Senhor chama-nos a navegar pelo mar dentro e a lançar as redes em águas profundas.

A Parresia é sinal da presença do Espírito em nós. Por isso, precisamos desse impulso do Divino Espírito Santo para não nos sentirmos paralisados pelo medo ou pelo calculismo, para podermos arriscar mais. Temos a consciência de sermos frágeis, mas ao mesmo tempo somos portadores de um te-

souro que nos engrandece e pode tornar melhores e mais felizes os que o recebem. Por isso, devemos pedir a ousadia e a coragem que são virtudes constitutivas da missão.

Deve mover-nos o exemplo de sacerdotes, religiosas, religiosos e leigos que se dedicam a anunciar e a servir com grande fidelidade a causa do Evangelho, muitas vezes arriscando a vida. O seu testemunho demonstra que a Igreja não precisa de muitos burocratas e funcionários, mas de missionários apaixonados, devorados pelo entusiasmo de comunicar a



verdadeira vida.

Peçamos ao Senhor a graça de não hesitarmos quando o Espírito Santo nos exige que dêmos um passo em frente; peçamos a coragem apostólica de comunicar o Evangelho aos outros e de renunciar a fazer da nossa vida um museu de recordações (GE.129-139).

CRISMAS NA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA



Realizou-se no passado dia 18 de novembro mais uma celebração eucarística onde foram crismados 24 jovens e 5 adultos. Foi uma cerimónia presidida por Dom Joaquim Mendes, bispo auxiliar de Lisboa. Estiveram presentes, o pároco, Pe. Armindo Reis e os três diáconos em serviço na nossa Unidade Pastoral. A Igreja de S. Miguel esteve bem composta de fiéis de todas as zonas da pastoral onde pertenciam os crismandos. Depois da partilha dos Dons do Espírito na Refeição Eucarística, cerca de duas centenas de participantes almoçaram juntos no salão paroquial daquela Igreja. Foi um dia cheio de alegria espiritual e de convívio fraterno. Que Deus ilumine os novos crismados fazendo deles verdadeiras testemunhas do seu amor. A todos os que prepararam a cerimónia tornando-a possível e bela vai o nosso reconhecimento e a nossa gratidão.



NATAL 2018



ADVENTO E NATAL

preparado por P. Jorge Doutor

Para que estes tempos litúrgicos que vamos viver nos impulsionem no caminho certo, escutemos as palavras do Papa Francisco:

«Completaram-se os dias de [Maria] dar à luz e teve o seu filho primogénito, que envolveu em panos e recostou numa manjedoura, por não haver lugar para eles na hospedaria» (Lc 2, 6-7). Com esta afirmação simples mas clara, Lucas leva-nos ao coração daquela noite santa: Maria deu à luz, Maria deu-nos a Luz. Uma narração simples para nos entranhar no acontecimento que muda para sempre a nossa história. Tudo, naquela noite, se tornava fonte de esperança.

Mas recuemos alguns versículos... Por decreto do imperador, Maria e José viram-se obrigados a partir. Tiveram de deixar os parentes, a sua casa, a sua terra e pôr-se a caminho para se recensearem. Uma viagem nada confortável nem fácil para um casal jovem que estava para ter um bebé: viram-se forçados a deixar a sua terra. No coração, transbordavam de esperança e de futuro por causa do filho que chegava; mas sentiam os passos carregados com as incertezas e perigos próprios de quem tem de deixar a sua casa.

E em seguida tocou-lhes enfrentar a coisa talvez mais difícil: chegar a Belém e sentir que era uma terra que não os esperava, uma terra onde não havia lugar para eles.

Mas foi precisamente lá, naquela realidade que se revelava um desafio, que Maria nos presenteou com o Emanuel. O Filho de Deus teve de nascer num curral, porque os seus não tinham espaço para Ele. «Veio para o que era seu, e os seus não O receberam» (Jo 1, 11). (...) Em Belém, criou-se uma pequena abertura para aqueles que perderam a terra, a pátria, os sonhos; mesmo para aqueles que sucumbiram à asfixia produzida por uma vida fechada.

Nos passos de José e Maria, escondem-se tantos passos. Vemos as pegadas de famílias inteiras que hoje são obrigadas a partir. Vemos as pegadas de milhões de pessoas que não escolhem partir, mas são obrigadas a separar-se dos seus entes queridos, são expulsas da sua terra. Em muitos casos, esta partida está carregada de esperança, carregada de futuro; mas, em tantos outros, a partida tem apenas um nome: sobrevivência. (...)

Maria e José, para quem não havia lugar, são os primeiros a abraçar Aquele que nos vem dar a todos o documento de cidadania; Aquele que, na sua pobreza e pequenez, denuncia e mostra que o verdadeiro poder e a autêntica liberdade são os que honram e socorrem a fragilidade do mais fraco.

Naquela noite, Aquele que não tinha um lugar para nascer é anunciado àqueles que não tinham lugar nas mesas e nas ruas da cidade. Os pastores são os primeiros destinatários desta Boa Notícia. Pelo seu trabalho, eram homens e mulheres que tinham de viver à margem da sociedade. (...) Traía-os a sua pele, as suas roupas, o seu odor, o modo de falar, a origem. Neles tudo gerava desconfiança. (...) A eles – pagãos, pecadores e estrangeiros – disse o anjo: «Não temais, pois anuncio-vos uma grande alegria, que o será para todo o povo: Hoje, na cidade de David, nasceu-vos um Salvador, que é o Messias Senhor» (Lc 2, 10-11).

Eis a alegria que somos convidados a partilhar, celebrar e anunciar. (...) A alegria com que Deus, na sua infinita misericórdia, nos abraçou a nós, pagãos, pecadores e estrangeiros, e nos impele a fazer o mesmo.

A fé leva-nos a reconhecer Deus presente em todas as situações onde O julgamos ausente. Ele está no visitante indiscreto, muitas vezes irreconhecível, que caminha pelas nossas cidades, pelos nossos bairros, viajando nos nossos transportes públicos, batendo às nossas portas.

E esta mesma fé impele-nos a abrir espaço a uma nova imaginação social, não ter medo de experimentar novas formas de relacionamento onde ninguém deva sentir que não tem um lugar nesta terra. Natal é tempo para transformar a força do medo em força da caridade, em força para uma nova imaginação da caridade. (...)

Homilia do Papa Francisco na Missa na noite do Natal de 2017

MUSEU DAS PARÓQUIAS DE SINTRA



FESTAS DE SÃO MARTINHO 2018

A Festa do Padroeiro da Vila de Sintra este ano foi marcada por duas situações especiais: um Verão de São Martinho que se atrasou e a inauguração do Museu das Paróquias.

Choveu torrencialmente todo o dia, o que fez com que quase ninguém visitasse o museu e fosse necessário cancelar o almoço no adro da igreja, mas ao final do dia o tempo lá se compôs e no fim da Missa festiva foi possível fazer o tradicional magusto, com a colaboração da Junta de Freguesia e da Comissão de Festas da Vila Velha, como já é tradição há 32 anos.

A Missa foi menos participada que em anos anteriores, certamente por medo da chuva, mas teve a presença de todos os sacerdotes e diáconos da Unidade Pastoral de Sintra.

O Museu reabriu neste dia, após três anos de trabalhos de preparação e de restauro de peças de arte sacra, orientados pelo Pároco e pela



Dr^a Dores Macias. Antes era apenas uma sala-museu, agora são sete espaços que se distribuem por todas as dependências da igreja, exceto a sacristia.

Deixou de ser sala-museu de São Martinho e passou a chamar-se Museu das Paróquias de Sintra, porque agora reúne peças das três paróquias da Unidade Pastoral.

Nesta primeira fase está aberto todos os dias, exceto domingo de manhã, e não tem um bilhete pago, as pessoas são convidadas a fazer uma oferta livre, no final da visita.

Para isso é necessária uma equipa de voluntários que está quase constituída, mas ainda precisamos de mais algumas pessoas para garantir todos os turnos.

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 o sua marcação online:
cintramedica.pt

 21 910 00 80

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

HISTÓRIA DE VIDA: GINA COSTA

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Virgínia Jesus Costa, mais conhecida por Gina, nasceu a 5 de abril de 1929 (89 anos), a primeira a nascer na casa construída pelos pais na Ribeira de Sintra, ela que foi a 7ª de 8 filhos, pois estes quando casaram tinham ido viver para uma casa mesmo junto ao muro do adro da igreja de S. Martinho (hoje um restaurante). O pai trabalhava nos Correios e tinha de ir de madrugada, quando lhe calhava a vez, levantar o correio de todos os marcos, para depois o enviar no primeiro comboio da manhã para Lisboa. Isto era complicado principalmente nos dias de chuva pois tinha de ir pelos "Amarais" acima até à Vila e depois apresentar a prova da passagem por todos os marcos. As escadas do Amaral eram o caminho que usavam também para ir à escola pois não havia ainda transportes (a Sintra Atlântico ainda não fazia este percurso). Este caminho ia dar a um sítio a que se chamava Carcota e depois ia ter à igreja de S. Martinho. Lembra-se de em pequena ainda conviver com a avó que faleceu em 1936, pois viviam todos na Ribeira, perto uns dos outros. A tia (Virgínia da Ascensão Costa) chegou a pensar em ser religiosa Doroteia, pois tinha trabalhado muito no atelier de bordados na casa da Gandarinha, na altura escola dirigida pelas Irmãs Doroteias (que agora vai ser um hotel), mas a família não apoiou e por isso dedicou-se à família.

Por volta dos 8 anos, por altura do nascimento da irmã mais nova, foi viver com a tia Virgínia para a Vila, na Rua Consiglieri Pedroso, mas todas as semanas ia a casa porque os pais queriam que mantivesse os laços com os irmãos. Fez a escola com a D. Emília Brandão Palha que assegurou o ensino aquando da saída das Doroteias da Gandarinha, na chamada escola de Santa Maria (edifício que está agora a ser recuperado, abaixo da Casa dos Penedos), que substituiu a escola das crianças pobres, também das Doroteias (um outro edifício perto da Gandarinha, pois esta era para as meninas que podiam pagar). Convidaram então a tia para professora primária nessa escola juntamente com a D. Madalena que ensinava os bordados. A tia ensinava as duas primeiras classes e contrataram uma outra senhora, D. Maria Cândida, para ensinar as outras duas classes. O ensino não era oficial, mas depois iam fazer o exame da 3ª e 4ª classes na escola de S. Pedro. Tinham contratado uma cozinheira para fazer a sopa para as crianças.

A D. Gina chegou a dar catequese em Santa Maria com o Padre Carlos Teixeira de Azevedo e também em São Pedro, numa altura em que os Dominicanos estavam na Quinta de S. Pedro. Em S. Martinho recebeu catequese, mas também veio a dar catequese muitos anos. A D. Madalena foi a sua catequista

em S. Martinho. Começou a dar catequese pelos 13 anos e continuou durante cerca de 60 anos.

O primeiro emprego da D. Gina foi na JCF – Juventude Católica Feminina onde trabalhou durante 4 anos e meio. Ia e vinha de comboio. Depois foi trabalhar para a Emissora Nacional como dactilógrafa. Era lá que trabalhava quando se deu o 25 de abril e ficou fechada na emissora no dia da Revolução. Foi também voluntária no Patriarcado, no Serviço de Liturgia onde ia diariamente depois de sair do serviço. Reformou-se com 29 anos de trabalho e 63 de idade, mas continuou a ir ao Patriarcado como voluntária. Fez a transferência dos serviços do Patriarcado no Campo Mártires da Pátria para S. Vicente de Fora e só deixou esse serviço voluntário aos 79 anos.

A D. Gina colaborou sempre nas paróquias de Sintra, mas recorda que havia raparigas solteiras que não queriam ajudar porque tinham medo de por isso não se casarem. Aqui além do serviço da Catequese, fez também parte da LIAM (Liga Intensificadora da Ação Missionária), da JOC (Juventude Operária Católica), foi Ministra Extraordinária da Comunhão e responsável pela Obra das Vocações (OVS) na qual veio a ser substituída pela D. Ana Maria Baeta, com quem foi dar catequese para Lourel na escola antiga (iam a pé).

A D. Gina vive uma vida

bonita sempre ao serviço da comunidade, agora mais pela oração. Que Deus a abençoe por estes anos de serviço e que a comunidade saiba receber e aprender com o seu belo testemunho. Em resumo, é uma sortuda pela vida que Deus lhe proporcionou!



Unidade Pastoral de Sintra	
Gota a Gota	
Gota a Gota-Grupo de Ação Social	
Artigos doados em novembro 2018	
Artigos	Quantidade
Fraldas Incontinência S	4
Fraldas Nº2	8
Fraldas Nº4	5
Fraldas Nº5 (especiais)	5
Fraldas Nº5	10
Toalhetas	17
Farinha Láctea	15
Flocos Cereais / Mel	48
Cereais/Corn Flakes	40
Leite UHT Meio Gordo	342
Fruta Pack 4 boiões	8
Bolacha Maria	4
Shampoo	3
Açúcar	1
Arroz	1
Massa	1
Esparguete	1
Salsichas	1
Atum	3
Azeite	1
Total:	518

Ofertas

Leite UHT Meio Gordo (Anónimo)	60 litros
Leite UHT Meio Gordo (Anónimo)	6 litros
Leite UHT Meio Gordo (Anónimo)	6 litros

ra IMAGEM E PUBLICIDADE



we love image

DESIGN GRÁFICO
COMUNICAÇÃO DIGITAL
BRANDING
PUBLICIDADE
WEB DESIGN
SOCIAL MEDIA

WWW.RADESIGN.COM.PT



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

Prepare o Natal, reconciliando-se com Deus e com os outros!

CELEBRAÇÕES DA RECONCILIAÇÃO (Catequese): ADVENTO 2018

IGREJAS PARÓQUIAIS: para toda a Unidade Pastoral de Sintra

Igreja de S. Martinho	13 Dezembro, 2ª feira, às 10.00h
Igreja de S. Pedro	Antes ou depois das Missas Solenes
Igreja de S. Miguel	21 DEZEMBRO, 6ª FEIRA, 21.00h - PARA TODA A UPS (2 anos ou depois das Missas Solenes)

Catequese para a CATEQUESE, JOVENS E ESCUTEIROS:

Igreja de S. Miguel	15 Dezembro, Sábado, às 10.00h
Igreja de S. Pedro	22 Dezembro, Sábado, às 16.00h

PARA QUEM NÃO SE DUVER DESLOCAR ÀS IGREJAS PARÓQUIAIS:

Igreja de Lourel	4 Dezembro, 3ª feira, 18.00h
Igreja de Jaron	9 Dezembro, Domingo, 10.00h
Capela de Várzea	12 Dezembro, 4ª feira, 16.00h
Capela de Caldas	19 Dezembro, Sábado, 15.00h
Igreja de Misericórdia de Cima	15 Dezembro, Sábado, 17.15h
Capela do Carmo de Lisboa	18 Dezembro, 2ª feira, 17.00h
Capela de Alentejo	19 Dezembro, 4ª feira, 16.00h

Festa de Natal Sénior

+65 anos

07 de Dezembro de 2018

Almoço na Quinta de Santa Maria - Fontanelas -

Baile e Animação

Gratuito

Inscrições limitadas na Sede e Delegações

União das Freguesias de Sintra

Sede: 21 993 03 93, Rua Câmara Botelho, nº284 e 280, Sintra

Delegações: Várzea de Sintra (21 993 03 84), Calvão de Sintra (21 993 03 85), São Pedro de Penafiel (21 993 03 89), Calçada de Sintra (21 993 03 88), Capela de São Pedro (21 993 03 87)



Para os mais pequenos

António Torrado

A Bolacha

Era uma vez uma bolacha Maria que disse que Maria, só Maria, não chegava.

Queria ser, ao menos, Maria Emília. Bolacha Dona Maria Emília, com todo o respeito.

As outras companheiras do pacote fizeram-lhe a vontade. Mas, quando uma bolacha Maria começa com exigências, oh! Oh! Nunca mais pára...

— Pensando melhor, não dispense os apelidos. Quero passar a ser tratada por Dona Maria Emília de Melo e Sousa Trigo de Reboredo Farinha.

Um nome tão comprido e retorcido não é fácil de decorar. Algumas das simplesmente Maria chamavam-na de Maria de Trigo Melo e Sousa não sei quê Farinha. Outras, de Maria Reboredo Farinha de Melo Trigo de Sousa Emília. E as mais esquecidas, apenas de Maria Farinha de Trigo, o que a punha fula.

— Distingam-me. Separem-me. Marquem a diferença. Eu sou uma bolacha especial. Uma bolacha Dona Maria Emília de Melo e Sousa Trigo de Reboredo Farinha.

— Tá bem — diziam as outras, que não eram de despiques.

Alguém abriu o pacote e começou a provar daquelas bolachas torradinhas e saborosas. Elas não se importavam. Sabiam para o que estavam destinadas e davam-se por contentes. Proporcionar um pouco de prazer ao paladar era a vocação delas.

A Maria que não ia com a outras, por sinal a última do pacote, não seguiu o caminho das demais. Ficou a aguardar novo acesso de apetite de quem, daquela vez, já estava de barriga cheia. Ficou sozinha. Ficou esquecida.

Amoleceu.

Quando, passado dias, deram por ela, disseram:

— Esta bolacha já está mole. Não presta.

E chamaram:

— Bobi, anda cá. Toma.

O Bobi, de rabinho a abanar, muito saracoteante e salivante, veio, tomou, e foi assim que a excelentíssima bolacha Dona Maria Emília de Melo e Sousa Trigo de Reboredo Farinha acabou na boca do cão.

Esta história é pequenina e sabe a pouco? Pois é. O Bobi também achou o mesmo. ■



Imagem para colorir



Sopa de Letras - Aves

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

Coruja; Águia; Colibri; Melro; Gaio; Canário; Falcão; Cegonha; Açor; Corvo; Rola; Pombo; Flamingo; Bufo; Gaivota; Avestruz.

Descobre as 7 Diferenças



Sudoku - puzzle

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

O Verbo se fez carne e nós vimos a Sua glória

Teresa Santiago

“Anuncio-vos uma grande alegria: nasceu hoje o nosso Salvador Jesus Cristo Senhor” (Lc 2, 10-11).

O Menino do Presépio será o nosso grande Deus e nosso Salvador. Para podermos beneficiar desta salvação é necessário que acolhamos o Salvador, esforçando-nos por viver de harmonia com as exigências da vida nova que Ele nos traz.

O sermão da montanha é doutrina de vida e a oração dominical é prece mas, numa e noutra, o Espírito do Senhor dá uma forma nova aos nossos desejos.

No Evangelho de Mateus, Jesus ensina: “o vosso Pai sabe do que precisais antes de vós o pedirdes. Vós portanto, orai assim: Pai Nosso que estais no Céu, santificado seja o Vosso Nome...” (Mt 6, 8-13). Dessa forma Cristo ensina a principal oração dos cristãos, que os acompanha desde os primórdios da fé.

“É com razão que estas palavras: «Pai Nosso que estás no Céu» se referem ao coração dos justos, nos quais Deus habita como em seu Templo. Por isso, também aquele que ora há-de desejar ver mais em si Aquele que invoca” (Santo Agostinho).

O Catecismo da Igreja Católica classifica a Oração do Pai Nosso como a oração que está no centro das Escrituras - “a oração do Senhor” é a oração da Igreja.

Santo Agostinho diz: “percorrei todas as orações que existem na Sagrada Escritura, inclusive os Salmos, não creio que possais encontrar uma só que

não esteja incluída na oração do Senhor” (Pai Nosso).

No Pai Nosso, as três primeiras petições têm por objeto a glória do Pai:

a Santificação do Nome, a vinda do Reino e o cumprimento da divina vontade. As outras quatro petições apresentam-Lhe os nossos desejos:

pedidos para a nossa vida, para a alimentar ou para curar do pecado, ou relativos ao nosso combate para a vitória do Bem sobre o mal.

Ao pedirmos: santificado seja o Vosso Nome, entramos no desígnio de Deus, que é a santificação do seu Nome - revelado a Moisés e depois a Jesus - por nós, e em nós, bem como em todas as nações e em cada homem.

Na segunda petição, a Igreja tem em vista principalmente o regresso de Cristo e a vinda final do reinado de Deus. Reza também pelo crescimento do Reino de Deus no “hoje” das nossas vidas.

Na terceira petição, pedimos ao Pai que una a nossa vontade à do seu Filho para cumprir o seu desígnio de salvação na vida do mundo.

Na quarta petição, ao dizer “dai-nos”, exprimimos, em comunhão com os nossos irmãos, a nossa confiança filial no nosso Pai do Céu. “O pão nosso” designa o alimento terrestre necessário à subsistência de nós todos, mas também significa o Pão da Vida - a Palavra de Deus e o Corpo de Cristo. Ele é recebido no “Hoje” de Deus, como alimento indis-



pensável e (sobre) substancial do banquete do Reino, antecipado na Eucaristia.

A quinta petição, implora para as nossas ofensas a misericórdia de Deus, a qual não pode penetrar no nosso coração sem nós termos sido capazes de perdoar aos nossos inimigos a exemplo e com a ajuda de Cristo.

Ao dizermos “não nos deixeis cair em tentação”, pedimos a Deus que não permita que enveredemos pelo caminho que conduz ao pecado. Esta petição implora o Espírito de discernimento e de fortaleza: solicita a graça da vigilância e a perseverança final.

Na última petição: “mas livrai-nos do mal”, o cristão roga a Deus com a Igreja, que manifesta a vitória já alcançada por Cristo sobre o “príncipe deste mundo”, Satanás, o anjo que se opõe pessoalmente a Deus e ao seu plano de Salvação.

A última petição ao nosso Pai também está incluída na oração de Jesus:

“Não peço que os tires do mundo, mas que os livres do Maligno” (Jo 17, 15).

Pelo “Amém” final exprimimos o nosso “fiat” em relação às sete petições:

“assim seja...”

Da retidão da nossa oração dependerá a da nossa vida n'Ele.

Que nós saibamos neste Natal acolher o Deus Menino em nossos corações.

Um Santo Natal.

Intenção do Papa

Dezembro 2018



Ao serviço da transmissão da fé:

"Para que as pessoas comprometidas com o serviço da transmissão da fé encontrem uma linguagem adaptada aos nossos dias no diálogo com as culturas."



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 - Dezembro 2018 - Ano C

	Dia 2	Dia 9	Dia 16	Dia 23	Dia 25	Dia 30	NATAL  “Vamos neste caminho para encontrar Jesus, Natal é um encontro com o coração, com a vida, para encontrar o Senhor vivo, com fé. Não é fácil viver com fé” (Papa Francisco)
	Domingo I do ADVENTO	Domingo II do ADVENTO	Domingo III do ADVENTO	Domingo IV do ADVENTO	NATAL - Missa do dia	SAGRADA FAMÍLIA	
Leitura I	Jer 33, 14-16	Bar 5, 1-9	Sof 3, 14-18a	Miq 5, 1-4a	Is 52, 7-10	Sir 3, 3-7.14-17a	
	«Farei germinar para David um rebento de justiça»	«Deus mostrará o teu esplendor»	«O Senhor exulta de alegria por tua causa»	«De ti sairá Aquele que há-de reinar sobre Israel»	«Todos os confins da terra verão a salvação do nosso Deus»	«Aquele que teme a Deus honra os seus pais»	
Salmo	24, 4bc-5ab.8-9.10.14	125, 1-2ab.2cd-3.4-5.6	Is 12, 2-3.4bcd.5-6	79, 2ac.3b.15-16.18-19	97, 1.2-3ab.3cd-4.5-6	127, 1-2.3.4-5	
	"Para Vós, Senhor, elevo a minha alma"	"O Senhor fez maravilhas em favor do seu povo"	"Exultai de alegria, porque é grande no meio de vós."	"Mostrai-nos, Senhor, o vosso rosto e seremos salvos."	"Todos os confins da terra viram a salvação do nosso Deus."	"Ditosos os que temem o Senhor, ditosos os que seguem os seus caminhos."	
Leitura II	1 Tes 3, 12_4, 2	Filip 1, 4-6.8-11	Filip 4, 4-7	Hebr 10, 5-1	Hebr 1, 1-6	Col 3, 12-21	
	«O Senhor confirme os vossos corações no dia de Cristo»	«Puros e irrepreensíveis para o dia de Cristo»	«O Senhor está próximo»	«Eu venho para fazer a vossa vontade»	«A vida doméstica no Senhor.»	«Deus falou-nos por seu Filho.»	
Evangelho	Lc 21, 25-28.34-36	Lc 3, 1-6	Lc 3, 10-18	Lc 1, 39-4	Jo 1, 1-18	Lc 2, 41-52	
	«A vossa libertação está próxima»	«Toda a criatura verá a salvação de Deus»	«Que devemos fazer?»	«Donde me é dado que venha ter comigo a Mãe do meu Senhor?»	"O Verbo fez-Se carne e habitou entre nós"	"Jesus é encontrado por seus pais no meio dos doutores"	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Dezembro

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)
19H15	Igreja de S. Martinho (Novo horário)

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 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.

Dia 1 – Sábado da semana XXXIV

Campanha do Banco Alimentar
19.00h Admissão dos Catecúmenos, em S. Miguel

Dia 2 – Domingo I do Advento

Campanha do Banco Alimentar
15.30h Ordenações

Dia 4 – Terça-feira da semana I

11.00h Missa no Lar de Galamares
16.00h Confissões no Lourel
21.00h Reunião da direção CNE

Dia 5 – Quarta-feira da semana I

21.30h Reunião do Secretariado da Catequese
21.30h Ulreia em Cascais

Dia 6 – Quinta-feira da semana I

10.00h Reunião de Assistentes de Catequese
15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro

Dia 7 – Sexta-feira da semana I

09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel
18.00h Expo. SSmo. em S. Pedro
19.00h Missa vesp. Imaculada Conceição em S. Pedro
21.15h Grupo de Jovens

Dia 8 – Sábado

IMACULADA CONCEIÇÃO DA V. MARIA

09.00h Missa em Janas e Abrunheira
10.15h Missa no Lourel, Várzea e S. Pedro
11.30h Missa em S. Miguel
12.00h Missa no Linhó e Ramalhão
19.15h Missa em S. Martinho – Imac. Conceição
16.30h Missa em Galamares e Manique – Dominical
18.00h Missa em S. Pedro – Dominical
19.00h Missa em S. Miguel – Dominical

Dia 9 – Domingo II do Advento

10.00h Confissões em Janas
13.00h Almoço na Abrunheira
15.30h Recolheção de catequistas, em Montelavar

Dia 11 - Terça-feira da semana II

21.00h Missa com grupo carismático, em S. Miguel
21.30h Reunião de resp. da Catequese da Vigararia

Dia 12 – Quarta-feira da semana II

10.00h Conselho Presbiteral
16.00h Confissões na capela da Várzea
21.00h Conversas sobre Deus, no Linhó
21.30h Jovens: Atração às quartas, na Terrugem

Dia 13 – Quinta-feira da semana II

09.00h Conselho Presbiteral
16.00h Confissões em São Martinho
15.00h Celebração da Palavra Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra na Abrunheira

Dia 14 – Sexta-feira da semana II

10.00h Reunião do clero da vigararia
21.00h 3ª ENCONTRO DE LITURGIA, Rio Mouro
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel
21.05h Grupo de Jovens

Dia 15 – Sábado da semana II

10.00h CONFISSÕES para a CATEQUESE de toda a UPS
15.00h Confissões em Galamares
17.15h Confissões em Manique de Cima
20.00h Formação p/ Sacramentos da Iniciação
21.30h Reunião de Pais p/ preparação de Batismos

Dia 16 – Domingo III do Advento

Dia 17 – Segunda-feira da semana III

Aniversário Natalício do Papa Francisco
19.00h Missa na CAPELA DE S. LÁZARO

Dia 18 – Terça-feira da semana III

17.00h Confissões no Linhó

Dia 19 – Quarta-feira da semana III

16.00h Confissões na Abrunheira
20.30h Reunião Geral de Catequistas – Jantar de Advento

Dia 20 – Quinta-feira da semana III

15.00h Missa no Lar do Oitão
18.00h Atendimento: famílias com Vida, em S. Miguel
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro
21.00h Secretariado Permanente do C. Pastoral

Dia 21 – Sexta-feira da semana III

11.00h Missa Lar de Galamares – Festa de Advento
12.30h Missa em S. Martinho
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel
21.15h Grupo de Jovens
21.00h CONFISSÕES em São Miguel p/ toda a UPS

Dia 22 – Sábado da semana III

09.30h Encontro de Acólitos da UPS, em S. Miguel
16.00h Confissões para a Catequese em S. Pedro
20.00h Formação p/ Sacramentos da Iniciação

Dia 23 – Domingo IV do Advento

Dia 24 – Segunda-feira - Véspera de Natal

18.30h Missa da Noite de Natal, no Linhó
22.00h Missa da Noite de Natal, no Ramalhão
23.00h Missa da Noite de Natal, em S. Pedro
24.00h Missa da Noite de Natal, em S. Miguel

Dia 25 – Terça-feira – NATAL DO SENHOR

09.00h Missa de Natal em Janas e Abrunheira
10.15h Missa de Natal no Lourel, Várzea e S. Pedro
11.30h Missa de Natal, em S. Miguel
12.00h Missa de Natal, no Linhó e no Ramalhão
16.30h Missa de Natal, em Galamares e Manique
19.15h Missa de Natal, em S. Martinho

Dia 26 – Quarta-feira, 2º dia da Oitava do Natal

21.00h Conversas sobre Deus, no Linhó

Dia 27 – Quinta-feira, 3º dia da Oitava do Natal

15.00h Missa no Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro

Dia 28 – Sexta-feira, 4º dia da Oitava do Natal

21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel
21.15h Grupo de Jovens

Dia 29 – Sábado, 5º dia da Oitava de Natal

20.00h Formação para Sacramentos de Iniciação

Dia 30 – Domingo: Festa da Sagrada Família

Dia 31 – Segunda-feira, 7º dia da Oitava de Natal

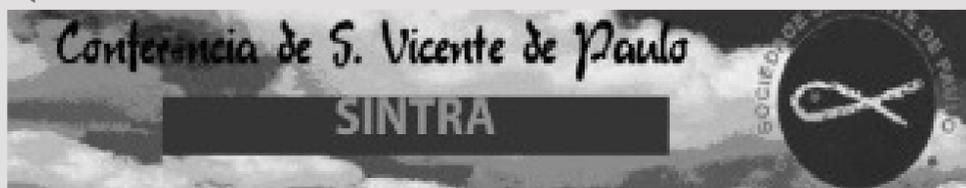
15.00h Missa no Lar A80, na Abrunheira
19.00h Missa Vespertina na IGREJA DE SANTA MARIA

PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

5 Jan: Jantar dos Voluntários da UPS (inscrição no Cartório)
5 Jan: Festa de Natal da Catequese, em São Miguel
25 Jan: 4º Encontro Vicarial de Liturgia, em Rio de Mouro
26 Jan: Encontro Ecuménico em Sintra



Notícias dos Vicentinos



Beato Frederico Ozanam - Parte 2

Fundador das Conferências de S. Vicente de Paulo

Continuamos a dar a conhecer o nosso fundador através da publicação de excertos do livro: **“Rezar 15 dias com Frederico Ozanam”**.

FACE ÀS PROVAÇÕES,

A AJUDA DA FÉ

«Tantas vezes vi chorar o meu pai e a minha mãe, porque, de catorze filhos, Deus só lhes deixou três!»

A infância de Frederico foi assim marcada pela morte de onze irmãos e irmãs. Foi também profundamente marcada pela piedade familiar. Seguiu os exemplos do seu pai, da sua mãe e da sua irmã. A fé dos pais permite-lhe ultrapassar esses lutos tão próximos. Se se sabe pouca coisa acerca da prática religiosa de seu pai, Frederico evoca, numa carta de 15 de janeiro de 1831, a maneira como foi instruído.

«Este catolicismo que outrora me foi ensinado pela boca de uma excelente mãe, que me foi tão querida na infância e tantas vezes ali mentou o meu espírito e o meu coração com as suas belas recordações e as suas ainda mais belas esperanças»

Ela vivia a sua fé com convicção. Ela inculcará estas mesmas práticas a Frederico: participar na Missa, preparar as confissões e a sua primeira comunhão. Reza-se em família, hábito que nos nossos dias já quase desapareceu. Não será essa uma explicação para a indiferença de tantos jovens? Frederico agradecerá muitas vezes a Deus por lhe ter dado tal mãe.

«Agradou- Vos formar, Vós mesmo, esta santa mulher: aprendi, nos seus joelhos o Vosso temor e, no seu olhar, o Vosso amor»

Nesta atmosfera, a fé de Frederico cresce. Mais tarde, é com Amélie, sua esposa, que reza de manhã e à noite. Porá em prática a sua fé, durante toda a sua vida, visitando os pobres, atento às interrogações, cristãs dos seus amigos, às suas dúvidas, educando a sua pequena Marie, nunca hesitando em proclamar a sua fé perante os seus alunos e os seus colegas, na Sorbonne.

Convida-nos a fazer o mesmo que ele, com delicadeza e humildade, a não ter medo de afirmar os valores de que vivemos. Com a ajuda de Frederico, temos de meditar e, por vezes, defender a nossa fé, se for preciso e quando for preciso. Alguns ficar-nos-ão agradecidos e reconhecer-nos-ão como discípulos do Senhor.

(Continua no próximo número)

IX Encontro Cristão

Procura a justiça e nada
mais que a justiça. Dt. 16, 20

Caros Leitores,

Aproxima-se o IX Encontro Cristão, no dia 26 de Janeiro de 2019, no Centro Cultural Olga de Cadaval em Sintra

Ao convidá-lo, a comissão organizadora sonha com uma participação ativa que permita construir juntos este Encontro. Partilhamos duas linhas que esperamos terem sido inspiradas pelo Espírito Santo: 1) o nosso conceito de Justiça revelou-se e revela-se n'O Justo : 2) a Justiça constrói-se no dinamismo da proximidade que, quando fortemente presente, evita a indiferença e impossibilita a iniquidade.

Propomos então uma preparação assente na oração e na colaboração de todos de forma a ser já a expressão da fraternidade, própria dos cristãos. Aguardamos sugestões de temas para os workshops da tarde para jovens e adultos e para o programa da noite

Todos os que temos tido a graça de experimentar em Sintra, a alegria de nos sentirmos família ao redor de um Pai que nos ama imensamente, estaremos, pela lógica difusiva do Amor, animados, entusiasmados e comprometidos em acolher e multiplicar a graça, oferecendo-a a todos.

Perto de Ti, na dupla axiologia de aproximação ao Justo e ao que está ao nosso lado, constitui já o desafio que queremos abraçar e fazer crescer entre nós para o estender a muitos.

Abraço fraterno.

Pela Plataforma Encontro Cristão,
Luís Parente Martins

perto de ti

Centro Cultural Olga Cadaval
Sintra, 26 Jan 2019

O que fazer em caso de emergência?

O Número Europeu de Emergência - 112 é atendido em primeira linha por uma central de emergência da Polícia de Segurança Pública (PSP), que encaminha de seguida para o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) as chamadas que à saúde digam respeito. Após receber a chamada transferida pela Central 112, o INEM inicia um processo de localização, triagem e aconselhamento da ocorrência.

- O que fazer?

Informe, de forma simples e clara:

- A localização exata e, sempre que possível, com indicação de pontos de referência;
- O número de telefone do qual está a ligar;
- O tipo de situação (doença, acidente, parto, etc.);
- O número, o sexo e a idade aparente das pessoas a necessitar de socorro;
- As queixas principais e as alterações que observa;

Após receber a chamada transferida pela Central 112 da PSP, o INEM inicia um processo de localização, triagem e aconselhamento da ocorrência. Essa localização é imprescindível para enviar a ajuda necessária, devendo ser o mais completa possível.

Só assim é possível o INEM enviar os meios de socorro adequados à situação clínica das vítimas, ajuda que pode passar pelo acionamento de Ambulâncias de Emergência ou Socorro, Viaturas Médicas de Emergência e Reanimação, Motociclos de Emergência Médica ou Helicópteros de Emergência Médica, entre outros.

Para ajudar, basta manter a calma e responder às questões colocadas pelos operadores, seguindo todas as indicações.

- O que não fazer?

Nunca desligar a chamada de emergência até que digam que o pode fazer;

Não fazer chamadas falsas para o 112. Use este número apenas em caso de emergência. ■



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; Adérito Martins.

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 empires

Irmãs Clarissas abrem casa a pequenos retiros



No largo espaço do Mosteiro das Irmãs Clarissas de Sintra existem duas casas unidas, uma maior outra mais pequena que já foram ocupadas, mas, há bastante tempo que estavam sem uso, o que contribuiu para a sua degradação.

Numa das visitas do Sr. Cardeal Patriarca, D. Manuel Clemente, ele sugeriu que reparássemos essas casas e as destinássemos ao acolhimento de jovens que quisessem reflectir, dialogar, rezar... inclusive sacerdotes que desejassem fazer retiro ou descansar, uma vez que o Mosteiro tem sempre o Santíssimo Sacramento Exposto e o seu espaço oferece condições de silêncio, paz e encontro; alargando este acolhimento a outras pessoas que sentissem a mesma necessidade. As Irmãs previram também os seus familiares que vêm

de longe visitar-nos. A nossa interrogação era: e verba para isso?... Como cobrir tal despesa?... Como conjugar o ideal com a realidade?...

Num primeiro momento Deus serviu-se do impulso da Sr.ª. Dr.ª. Isabel Marques, que já em tempos previra a utilidade daquelas "casinhas" e nos ia propondo o seu restauro. Como duvidar que o Senhor está presente nestas duas casas cujo restauro é fruto do amor de tantos corações e têm a marca de Nossa Senhora e o carinho do nosso Patriarca?

"Mestre, onde moras?"

Em menos de um ano a obra estava concluída. faltava a bênção e uma inauguração. Foi o que aconteceu no passado dia 26 de Outubro. O Sr. D. Manuel Clemente deu-nos a honra de ser ele a abençoar, a presidir à Eucaristia de acção de graças, concelebrada pelo nosso Pároco, Sr. Padre Armindo Reis, e a permanecerem ambos nuns breves momentos de convívio fraterno com as Irmãs e algumas pessoas que participaram na cerimónia. Verdadeiramente foi um

acontecimento feliz. Agora já temos a resposta para a pergunta: "MESTRE, ONDE MORAS?"

"Vinde e vede"!...

Sim, o espaço está disponível para o Encontro com Ele! Aproveitem a oportunidade.

Nós estaremos sempre na retaguarda intercedendo e louvando o Senhor por vós.

Resta-nos agradecer, mais uma vez, a todos os que nos ajudaram das mais variadas formas. Estão gravados na nossa memória os vossos sorrisos, a vossa dedicação,



as vossas mãos generosas, a vossa amizade!...

S. Francisco e Santa Clara de Assis vos assumem diante do Todo Poderoso e Misericordioso em cuja presença vivem.

Bem-hajam!

(Irmãs Clarissas - Sintra) ■



Santos do mês

Vitor Cabrita

São João da Cruz

Nasceu no ano 1542 em Espanha. Seu pai, Gonzalo de Yepes, casou contra a vontade da família com Catalina Alvarez e por isso foi deserdado. Mudaram de cidade e o pai tornou-se tecelão... veio a falecer quando São João da Cruz tinha 9 anos.

Estudou num orfanato de crianças pobres e aos 20 anos entrou para a Ordem do Carmo, onde recebe o nome de Frei João de São Matias. Desejava apenas ser Irmão Leigo mas, pela sua dedicação aos estudos, os seus superiores no mosteiro enviaram-no para estudar e em 1568 faz a profissão religiosa em Salamanca, e é ordenado sacerdote.

Desiludido com a vida Monástica que se vivia na época nos mosteiros Carmelitas, tentou passar para a Ordem dos irmãos da Cartuxa. Nesse pensamento não teve muito sucesso, porque conheceu Santa Teresa de Ávila, que lhe fala ao coração dos seus desejos e projetos para a Ordem Carmelita, da reforma que deseja fazer e da Ordem que planeia fundar... e assim aparece a Ordem dos Carmelitas Descalços.

Toda esta transformação que Santa Teresa e São João trouxeram à Igreja da época, valeram algumas perseguições e até mesmo cadeia para São João da Cruz, que esteve preso 9 meses. Sobre esse tempo de prisão, sabe-se que dia após dia vestia a mesma roupa e sem o mínimo de condições manteve-se no cativeiro. Privado de liberdade, privado da sagrada comunhão e até desprezado pelos seus irmãos da Ordem... aí sentiu a pobreza e o despojamento total de bens... e foi esse sentimento que o acompanhou e definiu para toda a sua vida! Sentiu-se semelhante a

Cristo!

Assumiu as suas funções no Carmelo e numa reunião Geral do Capítulo, foi acusado pelos confrades, caluniado, maltratado e novamente desprezado. Não deixou de fazer ouvir a sua voz e de fazer valer o pensamento que Santa Teresa lhe tinha passado para o futuro dos Carmelitas.

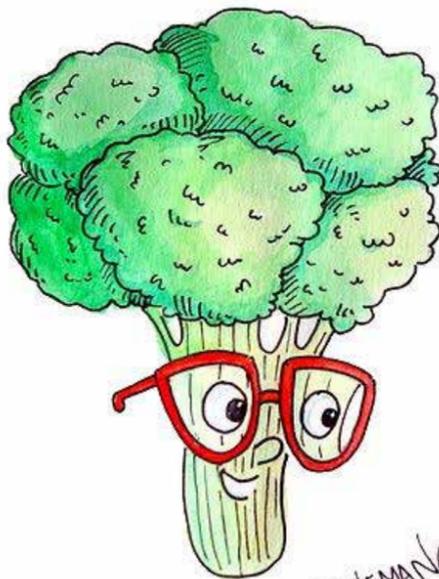
Já com a doença avançada, retirou-se para terminar o seu tempo terreno num mosteiro onde tinha passado parte da sua vida e aí vê mais uma vez a sua proximidade a Cristo, pelas dores físicas que o atormentavam dia e noite. Foi onde veio a falecer, a 14



de dezembro de 1591, dia em que a Igreja o recorda com solenidade.

Doutor da Igreja, poeta, escritor, teólogo e místico. Deixou muitas frases de inspiração: "para vires a saborear tudo, não queiras ter gosto em nada... para saborearmos a Deus, o tudo, é preciso nos despegarmos de todos os nossos gostos, de todos os nossos gozos, mesmo os espirituais, para que reste apenas Ele, o absoluto, o tudo".

Br'ÓCULOS



L.WEMANS 2011



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 pintura de São Martinho, padroeiro da Vila de Sintra.



Francisco Proença
919 80 28 81

Quer vender a sua casa?
Homem de confiança
Ligue já!



fproenca@remax.pt
www.remax.pt/fproenca

Lic. AMI Nº9459

AGENTE PREMIADO



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