



Cruz Alta



Junho 2019

Edição nº 170- Ano XVII
Diretor: P. Armino Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita

DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA DOMINGO DE PENTECOSTES, 9 JUNHO



PARÓQUIA DE S.ª MARIA E S. MIGUEL PARÓQUIA DE S. MARTINHO PARÓQUIA DE S. PEDRO DE PENAFERRIM

PROGRAMA:

MISSA ÀS 11h30 NA IGREJA DE SÃO MIGUEL

Esta será a ÚNICA MISSA, no Domingo (*), em toda a Unidade Pastoral.
Cada comunidade será representada com o seu estandarte.

(*) Para quem não possa ir à Missa da UPS, haverá, no sábado, Missa em S. Pedro às 18h
e no Domingo celebração da Palavra com Comunhão, em S. Martinho, às 19h.

ALMOÇO APÓS A MISSA (fazer inscrição no Cartório até 4 de Junho)
No final do almoço haverá uma projeção de fotos antigas das nossas Paróquias.

Consultório Médico



Página 5

Irmão Cristi



Página 6

Assembleia Diocesana
de Catequistas



Páginas Centrais



SOLEINIDADE DO CORPO DE DEUS

20 JUNHO

IGREJA DE S. MAMEDE
JANAS

16h MISSA E PROCESSÃO DO SANTÍSSIMO



3 Jovens de Sintra em
Missão na Tanzânia



Páginas Centrais

Histórias de Vida:
Manuel Nunes



Página 10

Editorial

José Pedro Salema

Pentecostes é Vida!

Em toda a minha vida, desde que me levanto, procuro sentir a presença de Cristo dentro de mim e em tudo o que me rodeia - as pessoas, a Natureza. Nos meus pensamentos, nas minhas atitudes, nos gestos e também nos problemas.

Deus criou o Mundo, a Terra e o Sol, o Mar e a Lua. E criou o Homem. E eu sou criação de Deus. E Ele fez-me com muito cuidado, com muita ternura e muito amor. E deu-me a Vida, para que eu a viva com abundância.

Não podemos viver agarrados ao passado, em busca da salvação que queremos no presente. Jesus morreu e ressuscitou! Penso que este facto, ter RESSUSCITADO, é que faz sentido para que a nossa Igreja seja VIVA.

Todos os dias devemos seguir os passos de Cristo, e morrer com os nossos pecados, dores, tristezas, frustrações... e ressuscitar cada dia que passa! Enfrentar os desafios que Deus nos coloca pela frente, mesmo custosos, e seguir com ânimo o exemplo de Cristo na terra - morrer para dar um novo sentido à Vida! Só assim compreendo que queiramos ser comunidade, elementos vivos de uma Igreja em movimento, cheia de percalços, dúvidas, inseguranças, raivas...mas sempre com o Caminho a apontar para Deus, seguindo as pegadas de Jesus. E deixar um



feixe de luz à nossa volta, por onde possamos passar. Dar um sorriso, uma palavra, ou apenas saber ouvir. Mas dar! Dar a nossa força, o nosso amor, o nosso otimismo. Mas dar! Dar o que temos, sem pedir nada em troca. SIMPLEMENTE DAR.

Adoro a comunidade em que vivo, os amigos que me rodeiam, todos quantos comigo partilham esta vida em redor de Cristo e da Igreja que queremos construir, como filhos do mesmo Deus..."

Que todos saibamos viver neste mundo maravilhoso que Deus nos deixou, e que a Natureza nos ajude a ver o bem em tudo quanto nos rodeia.

Que nesta época de Pentecostes o Espírito Santo nos ajude a viver o testemunho de Cristo nas nossas vidas diárias. E que Ele nos acompanhe nesta missão, dando-nos a força de que precisamos. ■

Os Nossos Padres

Pe. João Inácio

Unidade Pastoral, uma bênção e um desafio de Comunhão

Na solenidade do Pentecostes comemoramos também o dia da Unidade Pastoral de Sintra, iniciada em 2005.

As unidades pastorais constituem um novo sistema de organização administrativa e pastoral adotado pelas nossas dioceses. Este sistema tem a sua razão de ser principalmente na nova visão de Igreja preconizada pelo Concílio Vaticano II.

A escassez de sacerdotes e o despovoamento galopante das zonas habitacionais, muito devido ao envelhecimento e à migração, têm sido, para muitas dioceses, um motivo acrescido para a criação e implementação deste novo sistema. Desse modo, o modelo clássico de organização pastoral em que cada paróquia, por pequena que fosse, tinha o seu pároco residente, está a desaparecer. Ora, estas dificuldades transformam-se em oportunidades para novos desafios pastorais na nossa Igreja, um dos quais é a redescoberta do sentido de responsabilidade coletiva e de partilhada ao serviço da comunidade. Uma pastoral de conjunto que leva a uma ordenada colaboração entre sacerdotes, diáconos, consagrados e de leigos, num determinado território.

Esta dinâmica pastoral favorece a comunhão, o intercâmbio de conhecimentos, a ajuda mútua entre os agentes

de evangelização e suscita uma crescente tomada de consciência da missão dos leigos no papel evangelizador da Igreja. Cresce, assim, o sentido de responsabilidade partilhada ou de corresponsabilidade pastoral da comunidade cristã.

A nossa unidade pastoral optou, há 13 anos, por este novo modelo pastoral e tem dado grandes e decisivos passos que estão à vista de todos: a criação de equipas de coordenação nas diversas comunidades, a reativação das equipas de acolhimento nas nossas celebrações litúrgicas, a criação de um museu interparoquial, a instituição de um conselho pastoral interparoquial, uma direção de catequese única para todas as paróquias, um cartório comum às três paróquias, os sacerdotes e os diáconos que servem as três paróquias em igualdade de circunstâncias.

Estes exemplos são sinais positivos para a construção da comunhão pastoral, a fim de que todos sintam que a UPS é a sua casa comum.

Apesar dos passos já dados, existem ainda, muitos outros desafios a enfrentar sendo o principal, a alegria de trabalhar juntos e a consciência de que todos servem a Deus. Esta atitude é essencialmente interior, fruto de uma conversão profunda e contínua.

Trabalhar juntos é uma aprendizagem só possível se



houver comunhão de sentimentos, que por sua vez exige humildade da parte de todos os intervenientes na missão. A partilha de responsabilidades só é possível quando há confiança, quando se acredita nos talentos e nos valores que todos possuem.

A força que faz com que a nossa Unidade Pastoral funcione em pleno e a comunhão efetiva entre nós aconteça vem do Divino Espírito Santo, fonte e origem de todos os Dons e Carismas. É Ele que une na diversidade e enriquece na pluralidade. Por isso, a comemoração do dia da UPS em dia de Pentecostes, é um convite à oração confiante ao Espírito que dá vida e uma oportunidade para a reflexão sobre o caminho já percorrido e sobre os desafios a enfrentar.

Ponhamos ao serviço da nossa UPS todos os dons e carismas que o Espírito nos concede. Não tenhamos medo de percorrer o caminho que o Senhor nos propõe e confiemos na ação indispensável do Divino Espírito Santo em cada um. Não enterremos os talentos que temos, quando, com eles, podemos enriquecer a nossa comunidade interparoquial. ■

A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

Receber o Espírito Santo

Como os apóstolos foram preparados para a vinda do Espírito Santo? **Rezando!** "Todos eles perseveravam *unañimes* na oração, juntamente com as mulheres, entre elas Maria, a mãe de Jesus, e os irmãos dele" (Actos 1,14).

A Igreja estava em oração, "de repente veio do céu um ruído como se soprasse um vento impetuoso... ficaram todos cheios do Espírito Santo" (Actos 2,2-4). Repete-se

no baptismo de Cristo: "Estando ele a orar, o céu se abriu e o Espírito Santo desceu sobre ele" (Lc 3, 21-22). O mesmo aconteceu em Pentecostes.

- Actos dos Apóstolos, a vinda do Espírito Santo está relacionada com a oração, é impressionante. Saulo "estava orando" quando o Senhor enviou Ananias para o curar da cegueira e ele ficou cheio do Espírito Santo (cf. At 9,9-11)

- O Espírito Santo não pode ser adquirido, ele só

pode ser implorado na oração. O próprio **Jesus havia ligado o dom do Espírito Santo à oração,** quando disse: "E Eu rogarei ao Pai e ele vos dará outro Consolador" (Jo 14, 16).

- Você quer receber o Espírito Santo? Você se sente fraco e quer ser coberto pelo poder do alto? Você se sente morno e quer ser aquecido? Árido e quer ser regado? Rígido e quer ser maleável? Descontente com a vida passada e quer ser renovado? **Rezem, rezem, rezem!** Que o grito de sua boca mesmo que silencioso seja: *Vem ó Santo Espírito*

Também S. Paulo recomenda estar "perseverante

na oração" (Rm 12,12, e Col 4, 2). Da Carta aos Efésios lemos: "Orai em toda circunstância, pelo Espírito, no qual perseverai em intensa vigília de súplica por todos os cristãos" (Ef 6, 18).

Rezar por muito, com perseverança, não significa orar com muitas palavras, numa conversa sem fim como fazem os pagãos (cf. Mt 6, 7). **Ser perseverante na oração** significa pedir frequentemente, nunca desistir. Significa não se dar descanso e nem dar descanso a Deus.

O Espírito Santo não nos é dado para fortalecer o nosso egoísmo. Tenha como ponto



de honra deixar Deus ser livre como quiser. Esta é a maneira que Ele escolheu para lhe dar o seu Espírito Santo, ela é a melhor.

Oração de preparação para o Pentecostes: "*Vinde Espírito Santo, enchei os corações de vossos fiéis e acendei neles o fogo do vosso amor*". ■

Encontro de adolescentes - S. Pedro

Francisca, Maria, Nélia, Carlos e Tiago

Gostámos muito de participar no Encontro de Adolescentes que decorreu na Quinta das Tílias, no passado dia 16 de Março. Tivemos oportunidade de conhecer novos amigos de outras paróquias e de aprender coisas novas sobre a eucaristia. Convivemos com as Irmãs que prepararam este encontro, que nos deram a conhecer muitas coisas. Gostámos também dos jogos, em especial do jogo de seguir

a voz de Deus.

A atividade foi iniciada com o acolhimento, um momento importante para nos encontrarmos e nos conhecermos. De seguida, fomos para a capela, onde houve um momento de oração. Depois, foram criados grupos, para estarmos com outras pessoas que estavam ali com o mesmo propósito, Jesus. E fizemos vários jogos, como um quizz sobre a eucaristia, a Voz de Deus ou a

divisão da Eucaristia.

De seguida, em grupo, fizemos a leitura do Evangelho e partilha sobre a Palavra e após isso, partilhámos o almoço.

De tarde, participámos numa atividade com quatro postos, o primeiro que era um vídeo sobre Carlos Acutis, o seguintes eram sobre os ritos da Paz, os Dons e a última ceia. Foram muito divertidos e interessantes. A atividade terminou com a eucaristia. ■

Festa do Pai Nosso Catequese de Galamares



FESTA DA FAMÍLIA 2019

16 de Junho de 2019, em Lisboa, no Parque das Conchas (ao Lumiar)

A Festa da Família, pretende ser um dia festivo de celebração e encontro entre as famílias da Diocese de Lisboa e o seu Bispo, o Cardeal Patriarca D. Manuel Clemente.

O objetivo desta jornada é celebrar a família e sensibilizar a Igreja e a sociedade para a importância da família como célula fundamental da sociedade.

A Festa da Família 2019 terá o seguinte tema: "Família: Lugar de Encontro com Deus".

Nesta 6ª Festa da Família, à semelhança dos anos anteriores, haverá a oportunidade de **CELEBRAR AS BODAS MATRIMONIAIS (10º, 25º E 50º OU MAIS ANIVERSÁRIOS DO MATRIMÓNIO)**, na qual, os casais que celebrem estes jubileus matrimoniais em 2019 receberão a bênção do Sr. Cardeal Patriarca de Lisboa.

Para podermos organizar esta celebração, solicitamos a inscrição de todos os casais que celebram as suas bodas matrimoniais até ao dia **9 de Junho**. As inscrições já estão abertas! (<http://familia.patriarcado-lisboa.pt>)

Programa:

O programa da Festa da Família 2019 será o seguinte:

- 10h00: Acolhimento e Informações
- 10h30: Oração da manhã
- 11h00: Percursos e Feira Familiar
- 11h30: Espaços de Oração e Reconciliação
- 12h30: Animação do Palco
- 13h00: Almoço (partilhado)
- 14h30: Animação do Palco
- 15h00: Entrada dos jubileus e catequese sobre as bodas matrimoniais
- 15h30: Ensaio dos cânticos
- 16h00: Eucaristia com celebração das bodas matrimoniais



FESTA DA FAMÍLIA

16 JUNHO DE 2019 | 10H00 - 17H30
PARQUE DA QUINTA DAS CONCHAS, LUMIAR

FAMÍLIA: LUGAR DE ENCONTRO COM DEUS

- FAMÍLIA SANTUÁRIO VIVO
- FAMÍLIA E TRANSMISSÃO DA FÉ
- FAMÍLIA E EDUCAÇÃO
- NAMORDE AMOR CONJUGAL
- FAMÍLIA E DOMINÍCIO
- FAMÍLIA E REFERÊNCIAS
- FAMÍLIA E SOCIEDADE



ABC da Liturgia

Continuamos, neste espaço, a procurar conhecer melhor várias palavras relacionadas com a Liturgia (já que neste ano pastoral queremos que a Liturgia seja mais valorizada). Seguimos uma ordem alfabética. O texto é adaptado do livro “Vocabulário Básico do Cristão” de Álvaro Ginel (ed. Salesianas, Porto).

Comunhão – A ação de comer o pão eucarístico; também parte da celebração eucarística onde se reparte o pão e vinho eucarísticos aos fiéis. Indica, além disso, unidade; estar em comunhão é estar em união, em sintonia com o bispo, com os membros da comunidade. Comunhão dos Santos: comunicação de bens espirituais e materiais que se dá entre os filhos de Deus. No símbolo de fé ou credo encontramos a expressão: «Creio na comunhão dos santos».

Comunidade – Grupo de fiéis que seguem Jesus Cristo. As formas de realização da comunidade são muitas e com diversa intensidade. O centro de uma comunidade é: um só Senhor, uma só fé, um só Batismo.

Concelebração – Celebração litúrgica, ordinariamente o sacramento da Eucaristia, com participação de dois ou mais presbíteros, sendo um deles o celebrante presidente. Expressa a unidade do sacerdócio em Cristo. Concelebrantes são aqueles que concelebram.

Confirmação – Segundo sacramento da iniciação cristã. Infunde o Espírito como aos discípulos no dia do Pente-

costes. Na Igreja católica, o ministro ordinário da Confirmação é o bispo, acentuando o carácter de integração na comunidade eclesial. O bispo pode delegar noutro presbítero. Na Igreja Oriental o ministro é o presbítero.

Confissão – Palavra com muitos significados. Ordinariamente entendia-se por confissão o sacramento da Penitência, manifestação e reconhecimento dos próprios pecados ao sacerdote. Tomava-se uma parte do sacramento, a confissão dos pecados, para designar a totalidade do sacramento.

Confissão: significa também profissão de fé, manifestação da fé. Aos mártires chamavam-se confessores. Altar da confissão é o altar edificado sobre a tumba de um mártir.

Confessionário: lugar onde se faz a confissão individual. Começou por ser um assento até converter-se num móvel.

Conopeu – Véu com que se cobre a píxide para guardar o pão eucarístico no sacrário.

Consagração – Parte da oração eucarística em que se pronunciam as palavras de Jesus sobre o pão e o vinho. Consagração das Virgens:

ritual distinto do da profissão religiosa pelo qual a virgem fica constituída pessoa sagrada, sinal transcendente do amor da Igreja para com Cristo.

Cordeiro de Deus – Nome com que João Baptista designou a Jesus (Jo 1, 29). Parte da celebração eucarística antes da comunhão. A expressão latina é Agnus Dei. Cordeiro pascal: cordeiro que os israelitas sacrificavam em memória da libertação do Egito. Após a morte e a ressurreição de Cristo, Ele é o verdadeiro cordeiro pascal.

Cores litúrgicas – Cor dos paramentos próprios de cada tempo forte do ano litúrgico ou festa que se celebra. Advento e Quaresma, cor roxa; Natal e Tempo Pascal, cor branca; Tempo Ordinário, cor verde. Na festa do Pentecostes e nas festas dos mártires usa-se a cor vermelha. A cor branca pode substituir todas as outras, consoante a oportunidade.

Coro – Do grego, «grupo de pessoas». Na liturgia tem dois significados: grupo de pessoas que cantam ou ajudam a assembleia a cantar; lugar que ocupa o grupo que canta.

Coroa do Advento – Costume que procede do norte da Europa e que consiste em acender uma vela em cada uma das semanas do Advento sobre um suporte redondo, colocado junto do altar, ambono ou em casa. Recorda: a luz como salvação que chega, o verde como vida, a forma redonda como plenitude.

Corporal – Toalha sobre a qual se coloca o pão e o vinho para a Eucaristia, a partir do ofertório.

Credência – Móvel próximo do altar onde se colocam os objetos necessários para a celebração.

Credo – Primeira palavra do símbolo da fé em latim que passou a dar o nome à profissão de fé. Temos o credo da celebração eucarística e o Credo ou Símbolo dos Apóstolos. É a recompilação numa fórmula das verdades mais essenciais da fé.

Cripta – «Parte subterrânea de uma igreja». Utiliza-se para o culto ou para sepultar pessoas que se distinguiram na comunidade.

Crisma – Palavra grega que significa «unguento aromático» composto de azeite e bálsamo consagrado pelo bispo na Missa Crismal na Quinta-Feira Santa. Emprega-se nas unções do sacramento do Batismo, da Confirmação e da Ordem e no ritual



da dedicação de uma igreja. Também se dá o nome de crisma ao sinal ou monograma de Jesus (logotipo cristão) formado pelas letras XP que em grego correspondem às primeiras letras da palavra Christós, o Ungido, o Senhor. Crismação: ação de crismar ou unguir. Crismeira: vulgarmente chamada âmbula ou recipiente onde se guardam os óleos (do crisma, dos catecúmenos, dos enfermos).

Cruz – Instrumento usado pelos romanos para condenar à morte. Jesus foi condenado à morte da cruz. Desde então, é o sinal distintivo dos cristãos. Muito cedo a cruz começou a ser venerada pelos cristãos. É o centro de tudo no cristianismo. Na Sexta-Feira Santa, uma parte da celebração está centrada na adoração da cruz. Existem várias formas de representar a cruz: latina, a haste vertical é longa, a horizontal é curta; grega, os quatro braços iguais; em forma de «tau» ou T, e outras.

Custódia – Objecto que serve para custodiar, guardar. Na liturgia, a custódia é um vaso sagrado em que se expõe à adoração e veneração dos fiéis o Santíssimo, ou seja, o Pão consagrado na Eucaristia.



FESTA DE NOSSA SENHORA DA SAÚDE MOSTEIRO DA PENHA LONGA – SINTRA

10 Junho 2019 (segunda-feira)

Programa:

12.00h Missa da Festa de N^a Senhora da Saúde

13.00h Pic-nic nos jardins

20h Concerto em honra de N^a Senhora: Corelis –
Coro da Relação de Lisboa

21.00h Procissão das velas

MAFEP
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E
CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

Sinalização de Emergência
Extinção Automática
Detecção de Incêndio
Extintores

www.mafep.pt





Roncopatia e Apneia do sono

Será que está a dormir bem? Estima-se que metade das pessoas com mais de 65 anos tem perturbações crónicas de sono. Uma das mais comuns e muitas vezes desvalorizada é a Roncopatia.

A Roncopatia é um termo que vulgarmente se conhece por "ressonar". Resulta de um som provocado pela vibração das estruturas da garganta (palato e faringe). O ressonar constitui um incómodo pessoal, eventualmente, conjugal e social e, pode, também, ser a fase inicial do síndrome de apneia obstrutiva do sono (SAOS) o que leva muitas pessoas a procurarem ajuda médica. O ressonar é mais frequente nos homens, agravando-se com a idade e tem como factores que o favorecem a obesidade, o consumo do álcool e do tabaco e alguns medicamentos. Nem todas as pessoas com roncopatia têm apneia do sono, mas 90% das que sofrem deste síndrome ressonam. O doente deverá recorrer a um especialista desta área, um otorrinolaringologista ou pneumologista. Uma possibilidade no tratamento é, actualmente, a tecnologia do laser. Consiste

num tratamento indolor em varias sessões, geralmente cinco, dirigidas à cavidade oral retraindo as mucosas e o palato mole, permitindo uma maior abertura das vias aéreas superiores facilitando e melhorando a respiração.

A Apneia do sono consiste num conjunto de perturbações graves em que a respiração se suspende repetidamente durante o sono (apneia) um tempo suficientemente prolongado para provocar uma perda de oxigénio no sangue e nos órgãos, em especial cérebro e coração. Dado que os sintomas se manifestam durante o sono muitas vezes será quem observa essa pessoa a dormir que pode alertar para essa situação. Como se disse atrás, o ressonar é muito comum e pode estar associado ao arquejar, à sufocação, às pausas na respiração e ao despertar brusco. Agravando-se com o tempo, as pessoas afectadas têm repetidas crises de falta de ar obstrutivas associadas ao sono, tanto de noite como de dia, as quais, evoluindo, interferem com o trabalho diurno, podendo provocar dores de cabeça, sono durante o dia,

actividade mental diminuída, e, mais tarde, insuficiência cardíaca e pulmonar.

Para o diagnóstico da apneia do sono é necessário um questionário rigoroso no sentido de ser feita uma avaliação precisa da gravidade da situação. A polissonografia é um teste que permite identificar com maior exactidão o grau da apneia do sono, ou seja, se é grave moderada ou ligeira (hipopneia). Os exames de imagem permitem avaliar a eventual necessidade de uma intervenção cirúrgica, como por exemplo medir distâncias e diâmetros das estruturas da via aérea, como a radiografia e tomografia e a RM. A videoscopia poderá ser realizada para se perceber a localização exacta de eventual obstrução.

Para o tratamento, caso a cirurgia não esteja indicada, dada a anatomia muito obstrutiva que possa apresentar o doente, ou outra razão, poderão estar indicadas o uso de máquinas de ventilação. São dispositivos em que se aplica uma pressão positiva continua nas vias aéreas, tipo máscara, que administram uma mistura de oxigénio e

de ar através do nariz. O dispositivo em questão mantém a via aérea aberta, ajudando a regularizar a respiração, sendo de fácil adaptação. Estes doentes com estas dificuldades durante o sono devem

dormir de lado, de boca para baixo e não devem tomar medicamentos como tranquilizantes e hipnóticos, medidas estas preventivas, enquanto não são observados pelos especialistas.





Programa Nacional para a Diabetes

ROTARY E A PREVENÇÃO DA DIABETES

A Diabetes tipo 2, doença crónica grave, atinge cerca de **um milhão de portugueses** e ameaça outros 2 milhões de compatriotas. Esta doença pode ser evitada com a **adoção de comportamentos saudáveis de alimentação e atividade física regular.**

QUER SABER SE ESTÁ EM RISCO DE CONTRAIR A DIABETES?

Para avaliar o seu risco deve:

1. Aceder ao site do Serviço Nacional de Saúde: <https://servicos.min-saude.pt/utente/>
 - a) Se já estiver registado, entre na sua conta através do número de utente e palavra-passe;
 - b) Caso ainda não esteja registado, fazer o Registo de Saúde Eletrónico;
2. Aceder ao Menu Plano de Cuidados → Calculadora de Risco;
3. Preencher o Questionário; e
4. Clicar em Calcular.

Se o seu nível de risco for **Moderado, Alto ou Muito Alto**, por favor consulte o seu médico assistente que o irá avaliar e acompanhar na prevenção da Diabetes.



Faça exercício físico



Controle a sua alimentação

APRENDA A CUIDAR DE SI, POIS... PREVENIR É MELHOR QUE REMEDIAR!

ORGANIZAÇÃO:  

APOIOS:   

Um obrigado à Racxa, a Mãe Loba

Madalena Luís (Baguera),
animadora da equipa de animação da Alcateia

Nos Lobitos vive-se o imaginário do Livro da Selva, o grupo vive em Alcateia e conta com a ajuda de vários animais da Selva. Uma ajuda que foi sempre preciosa para o bem-estar da Alcateia, é a ajuda da

mãe loba, a Racxa. A nossa Racxa foi responsável, de diversas formas, pelo crescimento de vários Lobitos e dos outros animais da Selva, também.

Com ternura e firmeza, a Racxa consegue acalmar os

mais novos quando o medo surge ao cair da noite e arranjar uma solução para os imprevistos de quem sai pelas primeiras vezes de ao pé dos pais. O seu poder de organização e a forma prática como encara os desafios do dia-a-dia são indispensáveis para a vida em campo e serviram de ensinamento a todos os animais da Selva. Já para não falar das magníficas refeições que nos prepara e que nos enchem a barriga e a alma em noites frias e nos dão energia para aguentar os dias mais longos. Quem disse que acampar não se come bem, certamente nunca experimentou os pitús da nossa Racxa.



Durante muito tempo, a Racxa dedicou-se em pleno ao seu papel de mãe Loba e fê-lo sempre da melhor vontade. Com uma energia de fazer inveja, tornou o percurso escutista de muitos de nós mais agradável e alegre. Sempre de mente aberta, a Racxa mostra-nos como todos nós temos um papel importante e indispensável no grupo, independentemente da nossa vivência escutista. Por todos estes motivos, deixamos um forte agradecimento à Racxa. Agradecemos pela sua dedicação, exemplo e por todos os bons momentos partilhados.



Irmão Cristi faz votos perpétuos na Igreja de Algueirão

Irmão Cristi (Pobre Servo da Divina Providência)

A VIDA CONSAGRADA DO IRMÃO NA IGREJA

Os irmãos consagrados são leigos que, por circunstâncias variadas, seguem um impulso interior inexprimível – vocação – de seguimento, que se denomina ao longo da história do cristianismo como “*seguimento radical de Jesus*”. A radicalidade está na maneira de viver os impulsos mais profundos do ser humano: afeto, busca do outro, sexualidade, poder, dinheiro, vontade, liberdade, sensibilidade para com os valores transcendentais e a tensão para a mais completa comunhão com Deus. Procura-se na humildade, viver todos estes valores a partir do que se denomina “*consagração*”, tornar-se sagrado, dedicado à glória de Deus. Quer dizer, visibilizar alguns traços característicos de Jesus Cristo inteiramente consagrado ao Pai para o Reino: Jesus Cristo pobre, casto e obediente, mas também sociável e missionário.

A missão principal dos religiosos é testemunhar para si, para Igreja e para o mundo o absoluto de Deus em suas vidas e na própria história. E este testemunho do ser, condiciona essencialmente a maneira como realizam qualquer ação, tarefa ou missão. No seguimento de Jesus, os irmãos religiosos explicitam, de modo radical, o mandamento novo de amor a Deus e ao próximo, preferentemente aos pobres, constituindo na Igreja testemunhas do absoluto de Deus.

A base da vida do Irmão está numa certeza interior que nasce de uma experiência religiosa profunda, pessoal, única e irrepetível. Esta experiência é vivida e testemunhada sob diferentes aspetos na sua missão em contacto e serviço direto com os leigos, nas variadas obras sociais, nas escolas, hospitais, lares, creches etc.

A presença do Irmão Consagrado no meio dos pobres tem que ser uma presença cada vez mais precisa e competente, sobretudo na linha educativa e organizativa, para possibilitar aos pobres tomar nas mãos a sua cidadania e seu destino, motivando a cultura da solidariedade criativa que promove talentos, iniciativas, campeonos de dias melhores para a qualidade de vida em benefício de todos. E isso o irmão o faz em nome da fé e do amor de consagração, a exemplo de Jesus, que preferiu ao longo da sua vida estar no meio dos pobres, mesmo que esta opção lhe trouxesse, como aconteceu, duros conflitos religiosos e políticos. Mesmo assim Jesus nunca deixou de assumir a dimensão de ser diferente, de ir “*contra corrente*” evidenciando sempre o amor a Deus e ao próximo.



O IRMÃO POBRE SERVO DA DIVINA PROVIDÊNCIA

“...o mundo olhando aos Irmãos Pobres Servos da Divina Providência possa dizer: eis como se pratica a lei de Cristo. E todos, através do vosso exemplo, deixarão seus princípios e abraçarão os princípios do Santo Evangelho...” (São João Calábria)

O meu desejo não é de fazer uma apologia da figura do Irmão, mas quero apresentá-lo identificando e sublinhando alguns aspetos desta figura.

O irmão Pobre Servo da Divina Providência é chamado a ser realmente “*o homem novo*”, isto é, que construindo a própria vida nos valores do Evangelho, confessa que Deus é única e verdadeira riqueza, manifestando a beleza da relação filial com ele, que nos envolve, como correspon- sáveis, na realização do seu desígnio de amor: “*fazer de todos os homens uma só família*”.

A **presença**: com este termo entendo sintetizar aquilo que a meu ver é o estilo próprio do Irmão Pobre Servo da Divina Providência; um estilo de presença na realidade pessoal de cada um, em particular, da pessoa em dificuldades. Trata-se de uma presença “*física*” que leva a tocar com as mãos a realidade do homem de hoje, os problemas quotidianos que ferem a nossa existência. Uma presença como amigo, gratuita, que se interessa pelas pessoas. Uma presença ativa, que sabe fazer propostas, oferece motivações inspiradas na razão e na fé, desperta a criatividade e a coresponsabilidade e, ao mesmo tempo, acompanha as pessoas de forma personalizada. No estilo desta presença penso ser útil citar o que dizia Pe. João Calábria (o fundador da nossa Congregação): “*Nós (os irmãos Pobres Servos da Divina Providência) não somos uma sociedade de beneficência ou uma organização educativa que tenha como última finalidade determinadas realizações materiais ou culturais; a nossa finalidade é dar vida a uma presença que dê razões de esperança, que convoque pessoas, que suscite colaboração, para realizar juntos, um projeto de vida e de ação segundo o Evangelho*”.



Desde o início, ao contrário da tradição daqueles tempos, o Pe. João Calábria preferiu não dar um hábito “*específico*” aos irmãos mas, na falta deste, o espírito das grandes virtudes religiosas e humanas seja o uniforme que faz a diferença.

Concluo com um breve e simples testemunho próprio: *se me perguntassem hoje, “Nesta tua vocação de Irmão Pobre Servo da Divina Providência encontraste Jesus?”, primeiramente responderia que certamente foi Ele que me encontrou. Mas, pensando bem, diria também que da minha parte, nesta vocação certamente encontrei o meu modo de O procurar a Ele.*



Crónica: Familiarmente Falando

MENSAGEM TRAZIDA PELO VENTO... OU PELO ESPÍRITO SANTO?

Em Maio do ano 2000, dizia o Editorial da Folha da ACISJF, In Via, nº 2:

«... Foi com muita alegria que recebemos da nossa amiga Maria Adriana Lima – Presidente da Junta Diocesana de Lamego e Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Junta Nacional da ACISJF – uma riquíssima mensagem de Páscoa, uma deliciosa “amêndoa”, que, decerto, iremos saboreando não só ao longo do tempo pascal, mas de toda a nossa vida. Obrigada, Maria Adriana.»

Tem sabor especial para quem conheceu a Maria Adriana, que celebraria este ano 100 anos do seu nascimento.

Viver em Comunhão

É tempo pascal. A Natureza não tem sido pródiga em sorrisos, mas nem por isso deixamos de cantar as aleluias pascais, porque “**o Senhor ressuscitou verdadeiramente**”; tendo vencido o pecado e a morte, permanece vivo no meio de nós.

Esta é a razão da nossa **alegria** e do nosso **viver**, que desejamos comunicar uns aos outros.

Nesta **oitava da Páscoa**, através duma autêntica catequese, a Igreja convida-nos a manter viva a **alegria** que nos vem de nos sentirmos **ressuscitados com Cristo**. Tem de ser **transbordante o testemunho da nossa fé na vitória do Senhor**, há muito anunciada.

A liturgia do tempo pascal, toda centrada nos Actos dos Apóstolos, lembra-nos, duma forma simples e viva, a comunhão vivida pelos primeiros cristãos: “**Todos os crentes viviam unidos...**” (Act. 2, 42ss); e, noutro lugar: “**Vede como eles se amam**”.

Era este o sinal. Tudo o mais vinha deste amor, que fazia a comunhão entre eles: **a oração, a partilha dos bens e dos sacrifícios**.

Chamei **tempo de catequese** à oitava da Páscoa, e, na verdade, ao ler os Actos dos Apóstolos, sinto que a Igreja dos primeiros tempos assentava, sobretudo, no amor fraterno. O Santo Padre não se cansa de lembrar e pedir a urgência da **reconciliação entre os cristãos**.

É no nosso coração e na oração que começa a comunhão com os outros; só depois, e apesar das diferenças, passará, nas nossas atitudes de compreensão e aceitação dos irmãos. Mas está em cada um de nós dar os passos necessários para que a comunhão seja uma realidade.

Ainda que à nossa volta se levantem muros de inimizade, quer o Senhor que os façamos cair, para mostrarmos aos irmãos que, depois de Cristo ter ressuscitado, um novo dia nasceu para o mundo.

Já vai longa a minha mensagem pascal. Para toda a família da ACISJF – dirigentes, trabalhadores e utentes – desejo esta vida nova e a continuação duma Páscoa feliz, vivida como ressuscitados pela força da nossa oração e do nosso amor, para que “Cristo seja tudo em todos”.

Faço votos para que da nossa comunhão possa dizer-se como dos Apóstolos: “**davam testemunho da Ressurreição do Senhor Jesus, gozando todos de grande simpatia.**” (Act. 4, 32-34)

Um abraço muito amigo da Maria Adriana

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** CINTRA

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

ESPAÇO DOCTRINAL

P. João Inácio

“ESPÍRITO SANTO, SENHOR QUE DÁ A VIDA”

O mês de Junho marca o início das festas dos santos populares. No entanto, há uma festividade que, infelizmente, passa ao lado de muitas comunidades paroquiais. Trata-se da solenidade do Pentecostes, festa do Divino Espírito Santo, terceira pessoa da Santíssima Trindade. Por isso, vamos dedicar este Espaço Doutrinal de Junho ao ensinamento da nossa Igreja sobre o Divino Espírito Santo. Deixamos aqui apenas algumas pistas, naturalmente.

O Catecismo da Igreja Católica começa por recordar-nos as palavras do Apóstolo S. Paulo que diz: «Ninguém pode dizer "Jesus é o Senhor" a não ser pela ação do Espírito Santo» (1Cor 12, 3); «Deus enviou aos nossos corações o Espírito do seu Filho, que clama: "Abbá! Pai!"» (Gl 4, 6); «Ninguém conhece o que há em Deus, senão o Espírito de Deus» (1 Cor 2, 11). Es-

tas e outras citações bíblicas levam-nos a perceber que a nossa relação com o Pai e o Filho só é possível graças a ação do Espírito Santo em nós. Para estarmos em contacto com Cristo, é preciso primeiro termos sido tocados pelo Espírito Santo. É Ele que nos precede e suscita em nós a fé. O Espírito Santo, pela sua graça, é o primeiro no despertar da nossa fé e na vida nova que consiste em conhecer o Pai e Aquele que Ele enviou, Jesus Cristo. No entanto, Ele é o último na revelação das Pessoas da Santíssima Trindade.

O Espírito Santo é a terceira pessoa da Santíssima Trindade, Ele é consubstancial (mesma substância e natureza) ao Pai e ao Filho, «adorado e glorificado com o Pai e o Filho». O Espírito Santo age juntamente com o Pai e o Filho, desde o princípio até à consumação da história da

nossa salvação.

A revelação do Espírito Santo como Pessoa deu-se com a Encarnação redentora de Jesus Cristo. No dia de Pentecostes a Páscoa de Cristo completou-se com a efusão do Espírito Santo que Se manifestou, Se deu e Se comunicou como Pessoa divina. Neste dia, revelou-Se plenamente a Santíssima Trindade. A partir deste dia, o Reino anunciado por Cristo abre-se aos que n'Ele creem.

A Igreja é o lugar, por excelência, para conhecermos o Espírito Santo, através das Escrituras, da Tradição, do Magistério da Igreja, da liturgia sacramental, da Oração, dos Carismas e Ministérios, dos Sinais de Vida Apostólica e Missionária e do Testemunho dos Santos.

«Espírito Santo» é o nome próprio da terceira pessoa trinitária. Porém, muitas outras designações encontramos



nas Escrituras, tais como: «Paráclito» que quer dizer: Advogado, Consolador; «Espírito da Verdade», «Espírito da Promessa», «Espírito de Adoção», «Espírito de Cristo», «Espírito do Senhor», «Espírito de Deus» e ainda «Espírito de Glória».

Os símbolos que representam o Espírito Santo são: A água, a Unção, o Fogo, a Nuvem e a Luz, o Selo, a Mão, o Dedo, e a Pomba.

Os Dons do Espírito Santo são disposições permanentes que tornam a pessoa humana

dócil, aberta, aos impulsos do Espírito Santo. Eles são sete: Sabedoria, Entendimento, Conselho, Fortaleza, Ciência, Piedade e Temor de Deus.

Os frutos do Espírito Santo são perfeições que o Espírito Santo forma em nós, como primícias da glória eterna. A tradição da Igreja enumera doze: «caridade, alegria, paz, paciência, bondade, longanimidade, benignidade, mansidão, fidelidade, modéstia, continência e castidade».

(Catecismo da Igreja Católica, §683-701; 1830-1832)

ENSINAMENTOS PAPAIS - O Espírito Santo e o tempo da Igreja

P. João Inácio

São João Paulo II, na sua Encíclica **Dominum et Vivificantem**, sobre o Divino Espírito Santo na vida da Igreja e do mundo, datada de 18/05/1986, deixa-nos belíssimos e profundos ensinamentos sobre o Espírito Santo. Deixamos aqui um pequeno extrato dos nºs 25 e 26. Que este ensinamento nos ajude a aprofundar o nosso conhecimento sobre a terceira pessoa da Santíssima Trindade. Leiamos atentamente o que nos diz o Papa: «Consumada a obra que o Pai tinha confiado ao Filho sobre a terra» (cf. Jo 17, 4), no dia do Pentecostes foi enviado o Espírito Santo para santificar continuamente a Igreja, e, assim, os que viessem a acreditar tivessem, mediante Cristo, acesso ao Pai num só Espírito» (cf. Ef 2, 18). Este é o Espírito da vida, a fonte de água que jorra para a vida eterna (cf. Jo 4, 14; 7, 38-39); é Aquele por meio do qual o Pai dá novamente a vida aos

homens, mortos pelo pecado, até que um dia ressuscite em Cristo os seus corpos mortais (cf. Rom 8, 10-11)».

É deste modo que o Concílio Vaticano II fala do nascimento da Igreja no dia de Pentecostes. Este acontecimento constitui a manifestação definitiva daquilo que já se tinha realizado no mesmo Cenáculo no Domingo da Páscoa. Cristo Ressuscitado veio e foi «portador» do Espírito Santo para os Apóstolos. Deu-lho dizendo: «Recebei o Espírito Santo». Isso que aconteceu então no interior do Cenáculo, «estando as portas fechadas», mais tarde, no dia do Pentecostes, viria a manifestar-se publicamente diante dos homens. Abrem-se as portas do Cenáculo e os Apóstolos dirigem-se aos habitantes e peregrinos, que tinham vindo a Jerusalém por ocasião da festa, para dar testemunho de Cristo com o poder do Espírito Santo. E assim se realiza o anúncio de

Jesus: «Ele dará testemunho de mim: e também vós dareis testemunho de mim, porque estivestes comigo desde o princípio».

Foi no dia de Pentecostes que ele (Espírito Santo) desceu sobre os discípulos, para permanecer com eles eternamente (cf. Jo 14, 16); e a Igreja apareceu publicamente diante da multidão e teve o seu início a difusão do Evangelho entre os pagãos, através da pregação».

O tempo da Igreja teve início com a «vinda», isto é, com a descida do Espírito Santo sobre os Apóstolos, reunidos no Cenáculo de Jerusalém juntamente com Maria, a Mãe do Senhor. O tempo da Igreja teve início no momento em que as promessas e os anúncios, que tão explicitamente se referiam ao Consolador, ao Espírito da verdade, começaram a verificar-se sobre os Apóstolos, com potência e com toda a evidência, determinando assim o nascimento

da Igreja.

Com a vinda do Espírito eles sentiram-se capazes de cumprir a missão que lhes fora confiada. Sentiram-se cheios de fortaleza. Foi isto precisamente que o Espírito Santo operou neles; e é isto que Ele continua a operar na Igreja, mediante os seus sucessores. Com efeito, a graça do Espírito Santo, que os Apóstolos, pela imposição das mãos, transmitiram aos seus colaboradores, continua a ser transmitida na Ordenação episcopal. Os Bispos, por sua vez, depois tornam participantes desse dom espiritual os ministros sagrados, e providenciam ainda para que, mediante o sacramento da Confirmação, sejam fortalecidos com ele todos os que tiverem renascido pela água e pelo Espírito Santo. E assim se perpetua na Igreja de certo modo, a graça do Pentecostes.

Como escreve o Concílio, «o

Espírito Santo habita na Igreja e nos corações dos fiéis como num templo (cf. 1 Cor 3, 16; 6, 19); e neles ora e dá testemunho da sua adoção filial (cf. Gál 4, 6; Rom 8, 15-16. 26). Ele introduz a Igreja no conhecimento de toda a verdade (cf. Jo 16, 13), unifica-a na comunhão e no ministério, edifica-a e dirige-a com os diversos dons hierárquicos e carismáticos e enriquece-a com os seus frutos (cf. Et 4, 11-12; 1 Cor 12, 4; Gál 5, 22). Faz ainda com que a *Igreja se mantenha sempre jovem*, com a força do Evangelho, renova-a continuamente e leva-a à perfeita união com o seu Esposo».

26. As passagens que acabamos de recordar, da Constituição Conciliar *Lumen Gentium*, dizem-nos que, com a vinda do Espírito Santo, começou o tempo da Igreja. Dizem-nos ainda que este tempo, o tempo da Igreja, continua. Perdura através dos séculos e das gerações.

ASSEMBLEIA DIOCESANA DE CATEQUISTAS

Leonor Wemans



No passado dia 27 de Abril de 2019, realizou-se em Sintra a Assembleia Diocesana de Catequistas, que teve como tema 'Celebrar o encontro com Jesus Cristo'.

Vindos desde Lisboa até às Alcobaca, mais de 500 catequistas se juntaram para um dia de convívio, oração e formação.

O dia teve início às 9h00 na igreja S. Miguel, com a oração de Laudes, presidida pelo Cardeal Patriarca D. Manuel Clemente. O coro imenso de vozes que louvavam e cantavam em uníssono ao Senhor, no despertar de um novo Domingo, fez sentir fortemente a união na fé e a alegria de seguir Jesus.

A Assembleia contou com dezenas de ateliês sobre variados temas da catequese, conferências e celebrações, podendo cada catequista escolher e participar em três atividades diferentes, ao longo do dia.

O tempo ajudou e quem veio de mais longe pôde apreciar um belo dia de sol em Sintra e até passear um pouco, visto que as várias propostas formativas, se realizaram em locais diferentes. (Igreja de S. Martinho, Escola D. Fernando II, Centro Cultural Olga Cadaval e Igreja de S. Miguel.)

O almoço foi no salão de S. Miguel, organizado por turnos, e preparado e servido por uma equipa de voluntários, que trabalhou com tanta eficiência e dedicação, que não houve filas de espera!

Todo o encontro foi uma ocasião de conhecer, conviver e partilhar experiências com catequistas de outras paróquias e também com o Sr. D. Manuel Clemente que nos acompanhou durante todo o dia.

O encontro terminou com a Eucaristia presidida pelo Cardeal Patriarca D. Manuel Clemente, que nos disse que "Temos de ser muito criativos para não deixarmos o Domingo ser engolido pelo fim de semana". Realçou a identidade do Domingo como "primeiro dia da semana", que "dá sentido a todos os outros", evocando o "valor que os primeiros cristãos tiveram" de sublinhar o dia da ressurreição de Jesus.

Foi um dia de alegria e encontro com Jesus e os irmãos na fé!

3 JOVENS DE SINTRA VÃO EM MISSÃO PARA A TANZÂNIA

Olá Rafikis / Amigos,

O que será ir em missão?

Esta é a pergunta que muitos fazem, incluindo nós os três... Calma vamos começar por aí...

O meu nome é Vítor Macias, atualmente com 18 anos, que em conjunto com mais 2 jovens a Inês Martins, 19 anos, e o João Tiago, 20 anos, os três aqui da nossa Unidade Pastoral, vamos em missão para a Tanzânia durante um mês, com mais 3 jovens de outras paróquias. Esta iniciativa integra-se na celebração do centenário dos primeiros missionários da Consolata.

O projeto de voluntariado anual denomina-se de "Aprender em Segurança" e pretende construir uma cola para crianças e jovens que percorrem 20km para terem acesso a um direito humano, "o direito à educação"; todos eles se encontram em risco, mas especialmente as raparigas que são vítimas de raptos e violações.

A construção desta escola e de uma residência estudantil irá permitir que cerca de 150 crianças como a Kibinti possam estudar e ter cada vez mais oportunidades.

Bem voltamos agora à nossa história: estamos a menos de dois meses de partir em missão! (dia 2 de Agosto de 2019)

Fomos desafiados! A vontade de irmos à procura de algo novo cresceu ao longo das reuniões, de 15 em 15 dias, às quintas-feiras, assim como o espírito missionário. Para nós os três, esta missão começou em casa, para convencer os nossos pais a deixar-nos ir um mês para a Tanzânia... Não foi fácil, uma vez que, as saudades eram um grande entrave. No entanto, a ânsia de ajudarmos o outro falou mais alto e rapidamente se tornou num SIM.

O trabalho em equipa, o saber reconhecer os erros, o saber ouvir e escutar, o ver Deus nas nossas ações, a criação de ligações fortes de companheiros de missão, mas acima de tudo a amizade são algumas das coisas que temos vindo a trabalhar nos últimos meses.

Uma das coisas mais importantes ainda falta... aprender Suaíli, língua falada em Mgongo, Tanzânia, mas até lá iremos saber traduzir este texto todo.

Voltando à questão inicial "O que será ir em missão?" ainda não sabemos responder saberemos quando regressarmos (dia 1 de Setembro de 2019) e eu em conjunto com a Inês e o João seremos os primeiros a querer partilhar com todos vós.

Peço que, caso tenham Facebook, sigam a nossa Página, RAFIKI WA TZ, página em que, sempre que houver internet, iremos partilhar fotos para seguirem de perto a missão, essa que gostava que fizessem parte.

Rezemos por nós, porque de certo muitas vezes vão faltar forças, mas graças a todos vós tenho a certeza que mesmo a 7 100 km de distância vamos sentir a força de toda a Unidade Pastoral de Sintra.

Um agradecimento especial ao Padre Armindo Reis e ao Padre Jorge Doutor pelo apoio que nos têm dado desde o primeiro dia. Também à Lara, à Catarina e ao Gonçalo, os restantes jovens que fecham o grupo. E ao Padre Bernard Obiero por nos aturar, de 15 em 15 dias, e aos fins de semana, sempre com um sorriso e ao Padre Geoffrey Menya que irá partir e estar connosco na missão. Um beijinho especial à Mariana Costa, também da nossa Unidade Pastoral, que iniciou esta caminhada connosco, mas por motivos pessoais não poderá ir.

Asante sana / Muito obrigado!

Vítor Macias



Primeira Comunhão

Foi com muita alegria que no passado domingo, dia 26 de Maio, 50 crianças da Unidade Pastoral de Sintra fizeram a sua Primeira Comunhão.



Preparam-se para este dia tão importante, de uma forma muito consciente e foi assim que uma semana antes, todos juntos na Igreja de S. Miguel, celebraram a Festa do Perdão. Numa pequena celebração repleta de significado, foram desafiados a refletir em silêncio sobre todas as suas faltas, e em tudo o que os afastava de Jesus e dos outros. Arrependidos e na certeza de que não queriam voltar a pecar aproximaram-se do sacerdote, confessaram-se e experimentaram o perdão, num dos maiores gestos de amor do Pai por nós.

De seguida, antes de se recolherem para a oração, foi-lhes dado pela catequista o lenço "trabalhado" na catequese com a frase "Sou de Cristo sou feliz", símbolo da veste branca, sem nódoas e da ausência de faltas e de pecados, símbolo também, do enorme sorriso que cada uma destas crianças trazia no rosto depois da confissão, na certeza de que se estamos bem com Deus e com os outros, ser de Cristo é mesmo ser feliz!

E foi com esta certeza, que no domingo seguinte à Festa do Perdão, 19 destes meninos receberam na Capela da Irmãs Doroteias do Linhó, a sua Primeira Comunhão. O grande dia tinha chegado para todos eles, a Capela estava cheia, as famílias, os amigos, a comunidade, e sobretudo a vontade imensa de querer receber Jesus.

As catequistas recolheram-se com as crianças 15 minutos antes de começar a celebração e juntas rezámos e partilhámos o que sentimos naquele momento. Uma certeza todos tínhamos que quando recebemos Jesus a verdadeira festa é no nosso coração!

As crianças entraram em cortejo com os lenços "Sou de Cristo sou feliz" e com uma flor na mão que entregaram a Jesus, participaram tranquilamente na celebração, ouviram as leituras atentamente, responderam, rezaram e cantaram. Comungaram pela primeira vez com alguma emoção e todos eles mostraram uma enorme alegria por terem recebido Jesus nesse dia.

Paula Leite



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: Manuel Nunes

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Manuel Maria Nunes nasceu em 22 de novembro de 1943 na Quinta das Ribas, situada entre Macieira e Sernancelhe, onde viveu até aos 14 anos. A família mais chegada morava em Castainço, Penedono. Fez a instrução primária em Castainço, mas ainda teve de estar uns meses em Macieira para evitar que a escola fechasse por falta de alunos. O pai, que se preocupava com o futuro dos filhos, decidiu mudar-se para Sintra, onde já morava uma irmã. Vendeu tudo e em poucos meses mudaram-se para Sintra onde veio a nascer uma filha e o mais novo, já gerado em Sintra. Ainda são sete irmãos vivos, tendo um falecido na véspera de ir para a tropa. Manuel Nunes é o mais velho dos filhos.

Foram viver para S. Pedro de Penaferrim, para uma casa situada na Rua do Rio da Bica. A mãe era católica praticante e ensinava-os a ir à Missa, questionando-os se não os visse na igreja. Os irmãos mais novos foram todos ajudantes na Missa.

Aos 15 anos Manuel entrou para os Bombeiros de S. Pedro, que na altura tinham o quartel muito próximo da igreja de São Pedro. Hoje é o bombeiro vivo mais antigo no quadro de honra. Também muito jovem foi para a oficina de Fernando Jorge, que ficava por trás da Estação, aprender o ofício de marceneiro, onde permaneceu até ir para a tropa. Foi para a Guiné, como Cabo-Enfermeiro, por ser bombeiro. Quando regressou, voltou para o seu ofício anterior, mas em S. Pedro.

Numa altura em que o Banco Espírito Santo precisava recrutar marceneiros, alguém o indicou como profissional competente e ingressou no Banco. Nessa altura foi estudar de noite para concluir o antigo 5º ano. Foi então indicado pelo chefe para o substituir por ocasião da reforma deste. Os primeiros tempos não foram fáceis por ser muito novo, mas vestiu a camisola e defendeu o Banco como se fosse dele. Quando foi criado o serviço de obras, esteve na aventura de instalar as primeiras máquinas ATM. Cada uma era instalada no dia em que chegasse, tinha que estar tudo pronto e era o Manuel quem coordenava tudo. Correu todo o país a instalar máquinas até que se reformou aos 58 anos.

Nos Bombeiros fazia as escalas e tinha duas noites por mês em que por vezes não se deitava, a socorrer acidentes ou a combater fogos, e tinha de estar no Banco às 8h30 da manhã. Todos os irmãos foram bombeiros. Não esteve no grande incêndio de Sintra por estar na tropa nessa altura.

A esposa, D. Adelaide, nasceu e foi criada no Linhó. Casaram em S. Pedro em 1969 (fazem este ano as bodas de ouro) e foram viver para o Linhó onde acabaram por comprar a casa onde ainda hoje moram.

O Manuel fez e ainda faz parte da Comissão de Festas

do Linhó. Também teve lugar na direção do Grupo União Recreativa do Linhó, onde foi tesoureiro durante 8 anos e depois presidente da mesa da assembleia geral durante 6 anos. Faz ainda parte da direção da Associação dos Idosos, Reformados e Pensionistas do Linhó. Está também no grupo coral da associação.

Também faz o que pode na Paróquia. Foi sempre católico praticante e fez o Curso de Cristandade, convidado pelo Celestino Atanásio. Quando casou passou a ir à missa ao Linhó. A Adelaide era catequista antes de casar e depois continuou sempre a colaborar no que podia. Ela trabalhou numa fábrica, depois na cantina da Câmara e por fim dedicou-se a tomar conta de crianças, em casa, e tinha listas de espera. Quando essas crianças casaram foram convidados para os seus casamentos.

A Adelaide e o Manuel têm 4 filhos e 11 netos. Os filhos ligaram-se muito aos missionários da Consolata porque na sua juventude eram eles que celebravam a Missa no Linhó. Alguns estiveram em missão em Moçambique, como leigos. Eles envolveram-se pouco na paróquia por se terem ligado mais à Consolata. As filhas são professoras e o filho é engenheiro. A mais nova, trabalha no Externato Nª Senhora da Apresentação e as outras no Colégio de Santa Doroteia, nas Calvanas, em Lisboa.

Quando Manuel chegou a S. Pedro, o prior era o Padre Abílio, mas conviveu mais com o Pe. Alfredo e com o Pe Lencastre. Na Unidade Pastoral de Sintra começou a colaborar no tempo do Padre Carlos Jorge e depois com o Padre António Ramires. Está sempre disponível quando lhe pedem e faz o serviço com muito orgulho (como as festas de Nossa Senhora do Cabo, por exemplo, tendo participado nas de S. Pedro, de S. Miguel e de S. Martinho). Também faz parte do Grupo Janela, que organiza almoços mensais para ajudar no que é preciso na Unidade Pastoral de Sintra; é um grupo extremamente dedicado, com gente que trabalha com muita entrega.

Que o testemunho do Manuel Nunes, da esposa e dos filhos sirvam de inspiração para outros que também queiram colaborar com Cristo no nosso caminho até ao Pai.



Gota a Gota - Grupo de Ação Social

Artigos doados em maio 2019

Artigos	Quantidade
Fraldas Incontinência S	2
Fraldas Nº2	3
Fraldas Nº3	6
Fraldas Nº5 (especiais)	3
Fraldas Nº5	7
Toalhitas	12
Farinha Láctea	9
Flocos Cereais / Mel	44
Cereais/Corn Flakes	37
Leite UHT Meio Gordo	378
Fruta Pack 4 boiões	4
Bolacha Maria	5
Shampoo	2
Açúcar	3
Arroz	3
Massa	3
Esparguete	3
Salsichas	10
Atum	12
Azeite	3
Grão / Feijão (Lata)	6
Tomate (Lata)	2
Fruta em conserva	2
Sabonetes/Gel	3
Café	3
Dentífrico	3
Desodorizante	3
Total:	571

Ofertas

Leite UHT Meio Gordo (Anónimo)

60 litros

LIAM - Grupo de apoio às Missões

A LIAM informa que se conseguiu a importância de 574.62€ na campanha do Dia da Mãe, nos passados dias 4 e 5 do corrente mês.

Neste valor estão incluídos outros donativos, incluindo 50.00€ doados por um casal anónimo.

Este dinheiro será usado em apoio a projetos missionários da Congregação do Espírito Santo e outros.

Bem hajam a todos
Luiz Leitão

 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



Para os mais pequenos

Autor desconhecido

O honrado apanhador de bolas



O porco e o galo eram grandes jogadores de ténis. Todos os dias encontravam-se no clube para uma animada partida. Mas sempre se queixavam de como era cansativo recolher as bolas que caíam longe do campo.

O macaco, que admirava muito os dois jogadores, ofereceu-se para ajudá-los durante os seus jogos, apanhando as bolas que saíssem do campo. Graças à sua ajuda, as partidas ganhavam em qualidade e rapidez. Os jogadores cansavam-se muito menos e o macaco, por sua vez, gostava muito de seu novo trabalho. Além disso, ganhava sempre umas moedas de gorjeta.

Numa tarde de verão, enquanto o macaco tinha ido a procura de uma bola, o porco percebeu que alguém lhe tinha roubado as roupas, o dinheiro e outros objetos de uso pessoal. O macaco foi acusado desse delito e preso, a espera de julgamento.

O chimpanzé, amigo do macaco, não acreditou na sua culpa. Pôs-se a investigar por conta própria e depressa reuniu provas contra o galo. Tinha sido ele o autor do roubo, aproveitando-se de uma leve distração de seu adversário.

O macaco foi posto em liberdade e o galo foi ocupar o lugar dele na prisão. A honestidade do macaco foi comprovada. ■

Imagem para colorir



Sopa de Letras - Frutas

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

Morango; Pêssego; Maçã; Pera; Melão; Manga; Amora; Laranja; Ameixa; Banana; Meloa; Uva; Figo; Ananás; Tangerina; Melancia.

Descobre as 5 Diferenças



Sudoku - puzzle

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

Maria na alegria e glória da Ressurreição

Teresa Santiago

O Coração de Jesus é o Jesus autêntico do Evangelho, que tem um coração bondoso e cheio de misericórdia, que é o amigo dos pecadores, que nos amou desde o presépio à Cruz e ficou por nosso amor no Sacrário.

Ter devoção ao Coração de Jesus é acreditar no seu amor, é viver para Ele em doação completa e desinteressada. É repetir com o Apóstolo São João: "nós conhecemos e acreditamos no amor que Deus nos tem" (Jo. 4,16).

No Coração de Jesus há-de colocar-se toda a esperança; a Ele há que pedir e d'Ele se há-de esperar a salvação dos homens (Leão XIII).

Esta devoção permite ao homem honrar e amar a Deus mais intensamente e consagrar-se com maior facilidade e prontidão à caridade divina; pois guia suavemente as almas ao conhecimento de Nosso Senhor e estimula-as eficazmente a amá-lo com todo o coração e a imitá-lo de perto (Pio XI).

Consumada a obra que o Pai confiou ao Filho para Ele cumprir na terra, foi enviado o Espírito Santo no dia de Pentecostes, para que santificasse continuamente a Igreja e, deste modo, os fiéis tivessem acesso ao Pai, por Cristo, num só Espírito.

Sem o Espírito Santo, Deus fica longe; Cristo permanece no passado; o Evangelho é letra morta; a Igreja é uma simples organização; a autoridade é um poder; a missão é propaganda; o culto uma velharia e o agir moral, um agir de escravos.

Com o espírito, o Evangelho faz-se poder e vida; Cristo Ressuscitado torna-Se presente; a Igreja realiza a comunhão trinitária; a autoridade transforma-se em serviço; a liturgia é Memorial e antecipação; o agir humano é deificado.

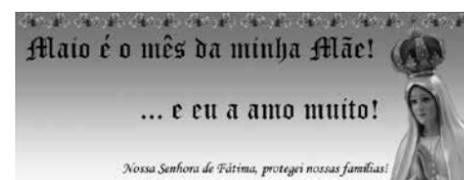
A maior obra realizada pelo Espírito Santo é a obra da Encarnação do Verbo Eterno, a obra do Espírito Santo no seio da Virgem Maria.

Cristo, Redentor do Homem e do Mundo, é o centro da história. Jesus Cristo é o mesmo, ontem e hoje... (Heb. 13,8)

Por obra do Espírito Santo, aconteceu a maternidade santíssima da Virgem Maria. Ele estabelece também um vínculo materno entre Maria e a Igreja, devido ao facto de ela ter sido escolhida pela Santíssima Trindade como Mãe de Cristo, o qual é a cabeça do Corpo que é a Igreja (Col. 1,18). Este vínculo revela-se aos pés da Cruz, onde Maria esteve padecendo com o seu Filho Unigénito e associando-se com coração de Mãe ao sacrifício d'Ele... Jesus Cristo, agonizante na cruz, deu-a por Mãe ao discípulo, com estas palavras: "Mulher, eis aí o teu Filho" (Jo. 19,26-27). Assim o afirmou o Concílio Vaticano II.

Na cruz morre-se para viver; para viver em Deus e com Deus, para viver na verdade, na liberdade e no amor, para viver eternamente (São João Paulo II).

Sem perder o essencial do Mistério da Paixão, Morte e Ressurreição do Senhor, a solenidade do Corpo de Deus oferece-nos a oportunidade para refletirmos



sobre as inesgotáveis riquezas da Eucaristia; darmos graças a Cristo pelo Dom total de Si mesmo em Corpo e Sangue, como alimento e bebida (Jo. 6,51-58).

Só na Eucaristia está o sinal da unidade, o vínculo do amor; a única força capaz de transformar a Humanidade, tão ansiosa de união, na única família dos filhos de Deus, destinados a viver em Cristo, na comunhão perfeita com Deus e com os homens.

A Eucaristia é tão desconcertante para os homens do nosso tempo como os sinais realizados por Jesus o foram para os seus contemporâneos. Contudo, aqueles que foram testemunhas da Sua Ressurreição, como João, e aqueles que, hoje, têm fé em Jesus, sabem muito bem, que o Filho de Deus feito Homem, vindo para trazer a vida ao mundo, não se limitou a dar-nos as Suas palavras, ou o Seu exemplo. Deu-nos também na Eucaristia, a Sua Carne e o Seu Sangue, isto é a Sua Pessoa.

Aqueles que na pobreza da fé, souberam acolher a Cristo sob o sinal sacramental, unir-se-ão à Sua Morte e Ressurreição; no Seu mistério, receberão a Vida.

Senhor Jesus! Apresentamos-nos diante de Vós, sabendo que nos chamais e que nos amais como somos. Vós tendes palavras de vida eterna. E nós cremos e sabemos que Vós sois o Santo de Deus (Jo. 6,69).

A Vossa presença na Eucaristia teve início com o sacrifício da Última Ceia e continua como comunhão e doação de tudo o que sois. Aumentai a nossa fé! (São João Paulo II).

Intenção do Papa

Junho 2019



ESTILO DE VIDA DOS SACERDOTES

"Pelos sacerdotes, para que, com a sobriedade e a humildade da sua vida, se empenhem numa solidariedade ativa para com os mais pobres."



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 - Junho 2019 - Ano C

	Dia 9	Dia 16	Dia 23	Dia 30	PENTECOSTES  Depois da morte de Jesus, 50 dias depois da Páscoa, o Espírito Santo desceu sobre a comunidade cristã de Jerusalém na forma de línguas de fogo; todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar em outras línguas (At 2,1-4)
	Pentecostes	Santíssima Trindade	12.º DOM. T. Comum	13.º DOM. T. Comum	
Leitura I	Actos 2, 1-11	Prov 8, 22-31	Zac 12, 10-11; 13, 1	1 Reis 19, 16b.19-21	
	«Todos ficaram cheios do Espírito Santo e começaram a falar»	«Antes das origens da terra, já existia a Sabedoria»	«Voltarão os olhos para aquele a quem trespassaram»	«Eliseu levantou-se e seguiu Elias»	
Salmo	103, 1ab e 24ac.29bc-30-31	8, 4-9	62, 2-6.8-9	15, 1-2a.5.7-8.9-10.11	
	"Mandai, Senhor o vosso Espírito, e renovai a terra"	"Como sois grande em toda a terra, Senhor, nosso Deus!"	"A minha alma tem sede de Vós, meu Deus."	"O Senhor é a minha herança"	
Leitura II	1 Cor 12, 3b-7.12-13	Rom 5, 1-5	Gal 3, 26-29	Gal 5, 1.13-18	
	«Todos nós fomos baptizados num só Espírito, para formarmos um só corpo»	«Para Deus, por Cristo, na caridade que recebemos do Espírito»	«Todos vós que recebestes o baptismo de Cristo, fostes revestidos de Cristo»	«Fostes chamados à liberdade»	
Evangelho	Jo 20, 19-23	Jo 16, 12-15	Lc 9, 18-24	Lc 9, 51-62	
	«Assim como o Pai Me enviou, também Eu vos envio a vós: Recebei o Espírito Santo»	«Tudo o que o Pai tem é meu. O Espírito receberá do que é meu, para vo-lo anunciar»	«És o Messias de Deus. O Filho do homem tem de sofrer muito»	«Tomou a decisão de Se dirigir a Jerusalém. Seguir-Te-ei para onde quer que fores»	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Junho

SÁBADO (Missa Vespertina - exceto dia 8)	
16H30	Igreja de Galamares
16H30	Igreja de Manique de Cima (exceto dia 29)
18H00	Igreja de S. Pedro
18H30	Linhó (Convento das Irmãs Doroteias)
19H00	Igreja de S. Miguel

DOMINGO - ATENÇÃO: Dia 8 e 9 de Junho teremos uma única Missa para toda a UPS - S. Miguel às 11.30h	
09H00	Igreja de S. Mamede de Janas
09H00	Capela da Abrunheira (exceto dia 16)
10H00	Igreja S. Martinho (rito bizantino/Ucraniano)
10H15	Igreja de Lourel
10H15	Capela da Várzea (Bairro das CHESMAS)
10H15	Igreja de S. Pedro
11H30	Igreja de S. Miguel
12H00	Linhó (Convento das Irmãs Doroteias)
12H00	Ramalhão (Convento Irmãs Dominicanas)
17H00	Monte Santos (Mosteiro Irmãs Clarissas)
19H15	Igreja de S. Martinho

MISSA FERIAL*						
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
09H00		Igreja S.Miguel			Igreja S.Miguel	Monte Santos
11H00			S.Pedro	S.Pedro		
12H00						Ramalhão
17H30	(17h) Monte Santos	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 – Sábado da semana VI

10.00h Confissões Profissão de Fé, em S. Miguel
21.00h CONCERTO de Coro sueco, em S. Pedro

Dia 2 – Domingo VII da Páscoa – Ascensão do Senhor

Dia 4 - Terça-feira da semana VII

11.00h Missa no Lar de Galamares
21.00h Oração com grupo carismático, em S. Miguel
21.00h Reunião da direção CNE
21.00h Reunião da Conferência S. Vicente Paulo
21.30h Formação p/ Sacramentos de Iniciação

Dia 5 – Quarta-feira da semana VII

21.00h Ultreia em Cascais
21.00h Oração juvenil, Atração às 4ª – no Cacém

Dia 6 – Quinta-feira da semana VII

15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira
18.00h Atendimento: FAMÍLIAS COM VIDA
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel
21.30h Secretariado da Catequese

Dia 7 – Sexta-feira da semana VII

09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel
18.00h Expo. SSmo. em S. Pedro
21.15h Grupo de Jovens

Dia 8 – Sábado da semana VII

16.30h Não há Missa em Galamares e Manique
17.00h Apresentação das Equipas de Nª Srª, em S. Miguel
18.00h Missa em S. Pedro – para quem não possa Domº
19.00h Não há Missa em S. Miguel
21.30h Reunião de Pais e padrinhos p/ Batismos

Dia 9 – Domingo de Pentecostes - DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Não há Missa nas outras igrejas exceto:
11.30h MISSA EM SÃO MIGUEL e Profissão de Fé
13.00h ALMOÇO da UNIDADE PASTORAL de SINTRA
19.15h Celebração da Palavra em S. Martinho

Dia 10 – 2ª-feira da semana X- Dia de Portugal

12.00h Missa Festa N. Sra. da Saúde, na PENHA LONGA, seguida de picnic
20.00h Concerto em honra de Maria – Penha Longa
21.00h Procissão na Penha Longa

Dia 11 – Terça-feira da semana X

21.00h Missa com grupo carismático, em S. Miguel
21.00h Formação p/ Sacramentos de Iniciação

Dia 12 – Quarta-feira da semana X

16.00h Missa em S. Martinho (espanhol)
21.00h Conversas sobre Deus, no Linhó

Dia 13 – Quinta-feira da semana X – St. António

15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel
21.15h Terço dos Homens, em S. Pedro

Dia 14 – Sexta-feira da semana X

21.15h Grupo de Jovens

Dia 15 – Sábado da semana X

12.15h Missa grupo ex-combatentes, em Janas
21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 16 – Domingo XI do Tempo Comum

FESTA das FAMÍLIAS no Lumiar
16.00h MISSA FESTA DE S. ANTÓNIO NA ABRUNHEIRA, seguida de Procissão

Dia 18 – Terça-feira da semana XI

24º aniv. da dedicação da igreja de S. Miguel
21.00h Oração com grupo carismático, em S. Miguel
21.00h Formação p/ Sacramentos de Iniciação

Dia 19 – Quarta-feira da semana XI

21.00h REUNIÃO GERAL DE CATEQUISTAS

Dia 20 – 5ª feira: SS. Corpo e Sangue de Cristo

09.00h Missa em Janas e na Abrunheira
10.15h Missa em S. Pedro, Lourel e Várzea
11.30h Missa em S. Miguel
12.00h Missa no Linhó
16.00h MISSA E PROCISSÃO DE CORPO DE DEUS, em Janas: com participação da Catequese
19.15h Missa em S. Martinho

Não há Partilha da Palavra

Dia 21 – Sexta-feira da semana XI

10.00h Reunião do clero da Vigararia
21.15h Grupo de jovens

Dia 22 – Sábado da semana XI

19.00h Missa S. Miguel: Festa da Esperança do 5º ano
21.30h Reunião de Pais e padrinhos p/ Batismos

Dia 23 – Domingo XII do Tempo Comum

Irmãzinhas dos Pobres de Campolide - peditório

Dia 24 – Segunda-feira - S. João

Dia 25 – Terça-feira da semana XII

21.00h Expo. SSmo., com grupo carismático, em S. Miguel
21.00h Reunião do Secretariado Permanente

Dia 26 – Quarta-feira da semana XII

21.00h Conversas sobre Deus, no Linhó

Dia 27 – Quinta-feira da semana XII

15.00h Missa no Lar Asas Tap
21.00h Partilha da Palavra, em S. Pedro
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 28 – Sexta-feira – Sg. Cor. Jesus

Jornada de Oração dos Sacerdotes
21.15h Grupo de jovens

Dia 29- Sábado - S. Pedro e S. Paulo

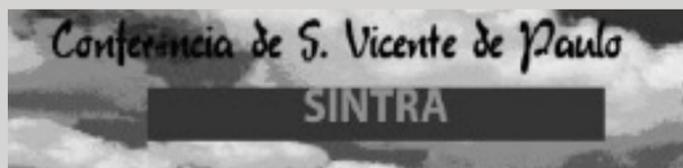
23º aniv. ordenação dos P. Armindo e P. Jorge
11.00h Ordenações em Lisboa
Não há Missa em Manique
18.00h MISSA de FESTA e procissão em S. Pedro

Dia 30 – Domingo XIII do Tempo Comum

PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

5 Julho: Reunião do Conselho Pastoral, 21h
7 Julho – Missa de festa em Cabriz, às 10.15h

Nos meses de Julho, Agosto e Setembro, algumas Missas feriais serão suprimidas



No passado dia 11 de Maio realizou-se uma conferência sobre "A Fraternidade à luz da liturgia Espiritualidade Vicentina" cujo orador foi o Bispo Emérito de Portalegre e Castelo Branco, D. Augusto Ferreira da Silva. Nesta e em próximas edições do Jornal iremos divulgar o conteúdo da conferência.

Fraternidade à luz da Liturgia e da Espiritualidade Vicentina

1- A Fraternidade

Como diz o Papa Francisco: "a fraternidade leva-nos a ver e a tratar cada pessoa como verdadeira irmã ou irmão"! Pois, a palavra "fraternidade", na sua essência, significa amor verdadeiro ou verdadeira caridade. E, assim, ser irmã ou irmão deve inspirar sempre vontade de partilhar. Com que finalidade? Com o desejo de ser feliz, fazendo os outros também felizes. E, enquanto assim, é preciso rejeitar as injustiças e evitar as desigualdades, a fim de que o amor assuma sempre a primazia. Foi com esta intenção que Jesus Cristo confiou aos Seus discípulos o grande sinal de fraternidade: refiro-me à oração do Pai Nosso! Pois, ao rezarem assim, primeiramente anulavam as distâncias entre o céu e a terra, uma vez que o coração do 'pai' está sempre perto do filho, mesmo que este esteja distante, por causa dos afazeres ou da missão que realiza. E além disso, ensinando a dizer - Pai Nosso...gerou em todos uma confiança de 'filhos' e, simultaneamente, uma consciência de 'irmãos'. Assim, se Deus é nosso Pai, havemos de dizer, muitas vezes, como Jesus e com Jesus: "Pai, qual é a Tua vontade"? E sendo todos irmãos, havemos de disponibilizar tempo e compreensão, um pouco para com todos.

E será que Jesus dizendo ao discípulo amado, desde a Cruz: "eis, aí, a tua Mãe", quis afirmar, de novo, a união fraterna de toda a humanidade? Com efeito, se em Deus nos sentimos agraciados como filhos... também em Maria somos acolhidos como irmãos uns dos outros, uma vez que somos declarados e reconhecidos como filhos, no seu Filho, Jesus Cristo (e, daí, o nome de "cristãos").

Mas como nos podemos considerar fraternos, num mundo tão cheio de contrastes, desavenças e agressividades? Parece que a afirmação do Papa Francisco "vivemos numa sociedade de costas voltadas" pretende explicar o que ele mesmo diz a seguir: "estamos diante da terceira guerra mundial, feita aos pedaços"! Com efeito, as armas apontadas na direcção dos que são tratados por 'infiéis', as ambições de quem mede tudo pelo dinheiro ou pelo capricho e o gosto da autonomia laica que aprende com a moda a dizer: 'eu é que sou' ... 'eu é que sei' ..., negam todo o espaço à fraternidade e provocam azedume em muitos ambientes, incluindo as famílias e as comunidades. Todavia, se olharmos para Jesus e para o Seu modo de proceder com as crianças, os doentes, os publicanos e os pecadores, apetece-nos usar de generosidade e optimismo, para que o mundo seja diferente e mais fraterno. Oíçamos, então, o que Jesus nos propõe: "assim como Eu fiz, fazei vós também", "o que fizerdes a um destes pequeninos é a Mim que o fazeis"; e, procurando gerar confiança, acrescenta: "Eu estarei convosco, até ao fim dos tempos" ;e, ainda: "os vossos nomes estão escritos no céu"! É por isso que o Papa Francisco elabora uma reflexão muito cuidada e empenhada, à conta do serviço fraterno e da fé testemunhada. E rejeitando a indiferença, o egoísmo e outras limitações à vida, afirma que Deus nunca se arrepende do Seu projecto e que para defender a nossa Casa Comum (a Terra onde habitamos) é preciso atrair à união toda a família humana, em ordem a um desenvolvimento sustentável e integral. Ao mesmo tempo, louva com gratidão aqueles que se empenham em resolver as situações dramáticas dos mais pobres do Mundo... e olha para os jovens com afecto e dedicação, desejando que venham a usufruir um futuro melhor e mais digno. Numa palavra: reflecte e ajuda a reflectir, propondo o caminho do diálogo como indispensável ao bem comum e a fé como luzeiro fecundo que atrai o horizonte da esperança.

Permitam-me que lembre, aqui, o testemunho dum casal que vivia na zona de Oleiros (Diocese de Portalegre-Castelo Branco, onde eu fui Pastor). Ele tinha sido emigrante e sabia bem as dificuldades porque passou. Por isso, ao ver diversos imigrantes vindos de países distantes a cortar pinheiros e eucaliptos, por conta duma Empresa nacional, e a carregá-los, depois, até ao camiã... decidi aproximar-se deles, para os saudar e para lhes oferecer uma sopa quente, todos os dias, no fim do trabalho. E, assim, se a caridade se mostrou generosa, a gratidão ampliou a fraternidade.

(continua)

Peregrinação a Fátima do grupo 2 ÉMES

Lisete Serra



No passado dia 21 de Maio de 2019, realizou-se mais uma peregrinação a Fátima do grupo 2 ÉMES, acompanhado, desta vez, pelo Padre João Inácio.

Para quem não sabe, este grupo é fundamentalmente constituído pelas senhoras que fazem costura na igreja de São Miguel.

A peregrinação é aberta a quem nos quiser acompanhar, são sempre muito bem-vindos e acarinhados por todos e atualmente já somos cerca de 100 peregrinos, a dirigimo-nos a Fátima em busca da protecção de Maria Santíssima, que nos acolhe de braços abertos e coração cheio de amor.

Saímos de Sintra por volta das 08.00 horas em dois autocarros, fizemos uma paragem a meio caminho para o pequeno-almoço ou para esticar as pernas.

Durante a viagem rezou-se o Terço a Nossa Senhora, pelos peregrinos que iam, pelos que ficaram e os que já partiram.

Chegados a Fátima dirigimo-nos para a Capelinha das Aparições e em comunidade, juntámo-nos aos outros peregrinos para a recitação do Terço, seguido da Sagrada Eucaristia. É sempre o momento alto da nossa peregrinação, a oração a Deus.

Posteriormente, seguimos para as Irmãs Reparadoras de Nossa Senhora de Fátima, onde nos foi servida uma boa refeição, que nos permitiu confraternizar entre todos, num momento de muito boa disposição.

Recebemos também a companhia da Menina Lúcia, que nos aguarda sempre e é acolhida com muito carinho por todos - a irmã do Padre João Correia de Sousa, nosso antigo pároco, já falecido, que viveu e trabalhou com ele em Sintra, na igreja de São Martinho, durante largos anos. A tarde é sempre livre, para cada um cumprir com as suas orações, promessas, ou mesmo só passear.

O porquê do nome 2 ÉMES? Em representação de Maria e Marta, "Maria que escuta a Palavra do Senhor, Marta trabalha e se queixa ao Senhor", Jesus Diz-lhe: "Marta, Marta, andas inquieta e preocupada com muitas coisas quando uma só é necessária. Maria escolheu a melhor parte, que não lhe será tirada". Lc 10, 38-42.

O grupo 2 ÉMES a exemplo de Maria e Marta, associa o seu trabalho de voluntariado, à oração, e ao desempenho de peças lindíssimas, que executam apresentam na Venda de Natal.

Além de uns pequenos percalços, sem grandes consequências, tudo correu muito bem e foi gratificante vermos a alegria em todos os rostos, como que a dizer: queremos voltar para o ano! Já estamos ansiosos pela próxima em 2020!

Poesia Pentecostes

Quem és, suave luz que me sacias
E que iluminas as trevas do meu coração?
Guias-me como a mão de uma mãe,
e se me soltasses
não mais poderia dar um só passo.
És o espaço
que envolve o meu ser e me protege.
Longe de Ti, naufragaria no abismo do nada
de onde me tiraste para me criar para a luz.
Tu, mais próximo de mim
do que eu própria,
mais íntimo do que as profundezas da minha
alma,
e contudo incompreensível e inefável,
para além de qualquer nome,
Espírito Santo, Amor Eterno!

Não és Tu o doce maná
que do coração do Filho
transborda para o meu,
o alimento dos anjos e dos bem-aventurados?
Aquele que Se elevou da morte à vida
também me despertou do sono da morte para uma vida nova.
E, dia após dia,
continua a dar-me uma nova vida,
de que um dia a plenitude me inundará por completo,
vida procedente da Tua vida, sim,
Tu mesmo,
Espírito Santo, Vida Eterna!
Santa Teresa Benedita da Cruz

Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU)



Os Centros de Orientação de Doentes Urgentes são centrais de emergência médica responsáveis pela medicalização do Número Europeu de Emergência - 112. Os pedidos de socorro efetuados através do 112, que digam respeito a situações de urgência ou emergência médica, são transferidos para os CODU.

Atualmente, o INEM tem três CODU em funcionamento: Lisboa, Porto e Coimbra.

Compete aos CODU atender e avaliar no mais curto espaço de tempo os pedidos de socorro recebidos, com o objetivo de determinar os recursos necessários e adequados a cada caso. O seu funcionamento é assegurado, 24 horas por dia, por equipas de profissionais qualificados (Médicos e Técnicos de Emergência Pré-Hospitalar) com formação específica para efetuar o atendimento, triagem, aconselhamento, seleção e envio de meios de socorro.

Para o efeito, os CODU dispõem de um conjunto de equipamentos na área das telecomunicações e informática que permitem coordenar e rentabilizar os meios humanos e recursos técnicos existentes. Os CODU coordenam e gerem um conjunto de meios de socorro (motas, ambulâncias, viaturas médicas e helicópteros).

Os meios são selecionados de forma criteriosa de acordo com:

- A situação clínica das vítimas
- A proximidade do local da ocorrência
- A acessibilidade ao local da ocorrência

Este serviço assegura o acompanhamento das equipas no terreno através de informações clínicas recebidas. É ainda possível selecionar e preparar a receção hospitalar dos doentes, com base em critérios clínicos, geográficos e de recursos da unidade de saúde de destino. ■

Irmãzinhas dos Pobres de Campolide virão pedir donativos a Sintra



Fundada em França no ano de 1839, por Santa Joana Jugan, a ordem das Irmãzinhas dos Pobres tem como missão ajudar “quem sofre por causa da idade, da pobreza, da solidão e outras dificuldades”, e está espalhada um pouco por todo o mundo.

Em Portugal conta com duas casas, uma em Campolide em Lisboa, a Residência de Velinhos das Irmãzinhas dos Pobres, e outra no Porto, que funcionam sem qualquer tipo de apoio do Estado, já que o carisma da congregação assim o determina.

Os custos relacionados com o serviço aos idosos, desde o alojamento à alimentação, passando pelo vestuário e cuidados médicos, são comportados em parte pelas pensões dos idosos e o resto através dos donativos que as irmãs vão conseguindo angariar.

No sábado e domingo 22 e 23 de junho estas Irmãs virão a algumas das nossas comunidades da UPS pedir essa colaboração para continuarem a sua missão. ■

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 emplaces

Santos do mês

Vitor Cabrita

São Justino, Mártir

Flávio Justino, nasceu por volta do ano 100 em Flávia Neápolis na Palestina. Filho de pais pagãos, fez um longo percurso intelectual. Seduzido pela filosofia, percorreu várias escolas filosóficas, sobretudo de inspiração platónica, em busca da verdade.

Converteu-se ao cristianismo e foi batizado em Éfeso, aos 30 anos de idade, por influência das pregações de um ancião que conheceu em Cesareia de Filipo e pelo exemplo de tantos cristãos que eram sacrificados em nome da fé. Depois da conversão fixou-se em Éfeso e posteriormente em Roma onde fundou uma escola de filosofia e escreveu as suas Apologias em defesa da fé cristã.

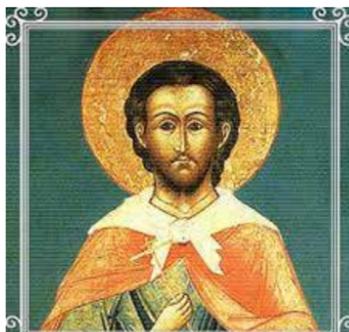
Foi considerado pelos historiadores, o primeiro filósofo Cristão. Na sua Apologia "Dialogo com Trifão", encontramos a descrição mais antiga sobre a

administração dos sacramentos do Batismo e da Eucaristia nos primeiros séculos da igreja.

A sua convicção e o seu testemunho de fé cristã, levaram-no a escrever ao Imperador Romano, a denunciar a perseguição que era feita aos cristãos naquela época, mas sem sucesso.

São Justino, numa das suas viagens a Roma, no tempo do Imperador Marco Aurélio, foi denunciado como cristão e compareceu, juntamente com mais seis companheiros, diante do tribunal, onde defendeu intrepidamente a sua fé. Foi martirizado por volta do ano 167.

Documentos históricos dão-nos conta dos últimos momentos de vida de São Justino. Durante as torturas, disseram-lhe: "Em primeiro lugar manifesta a tua fé nos deuses romanos e obedece ao imperador." São Justino respondeu:



"Não podemos ser acusados nem presos, por obedecer aos mandamentos de Jesus Cristo, nosso Salvador (...). Procurei conhecer todas as doutrinas, mas acabei por abraçar a verdadeira doutrina dos Cristãos, embora ela não agrade àqueles que vivem no erro."

A Igreja celebra a memória litúrgica de São Justino Mártir a 1 de junho.

São Justino, rogai por nós!

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 cruz de fachada da igreja de Santa Maria.



ALMOÇO DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

DOMINGO, 09 / 06 / 2019
(a partir das 13H00)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

EMENTA

- ⇒ Entradas: Queijo, azeitonas e manteigas
- ⇒ Sopa de legumes
- ⇒ **JARDINEIRA DE VITELA**
- ⇒ Sobremesa: Bolo, doces, frutas variadas e café

FAÇA JÁ A SUA MARCAÇÃO
No Cartório Geral da UPS, Igreja de São Miguel

- 2.ª Feira, das 16H às 18H; Sábado das 17H às 18H30;
- 3ª a 6ª Feira, das 10H às 12H e das 16H às 18H; ou
- Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt
- Através do telefone: 21 924 47 44 ou 96 622 37 85

FAMÍLIAS, COM 4 OU MAIS PESSOAS (PAIS E FILHOS), TÊM DESCONTO DE 30%

A receita reverte a favor da UNIDADE PASTORAL DE SINTRA
(No futuro outros almoços reverterão a favor de igrejas da UPS em obras)

Francisco Proença
919 80 28 81

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

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

AGENTE PREMIADO

Lic: AMI Nº9459



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

Brevemente
na Terrugem

www.funerariaquintinoemoraismorais.pt • E-mail: quintinoemoraismorais@mail.telepac.pt