



# Cruz Alta



Agosto  
Setembro 2019

Edição nº 172- Ano XVII  
Diretor: P. Armindo Reis

[www.paroquias-sintra.pt](http://www.paroquias-sintra.pt)

Distribuição Gratuita

## Festas de São Miguel Sintra

27, 28 E 29  
SETEMBRO



Início das  
Comemorações  
do **25º**  
Aniversário  
da Igreja de  
São Miguel



RESTAURANTE • BIFANAS • ARTESANATO • QUERMESSE • JOGOS TRADICIONAIS • CONCERTOS • E MUITO MAIS...

### 27 • Sexta-feira

19h00 • Abertura do recinto  
19h30 • Serviço de jantar  
22h00 • Baile com os "Ex-tintos"  
24h00 • Encerramento do recinto

### 28 • Sábado

15h30 • Abertura do recinto  
16h00 • Tarde de Talentos  
19h00 • Eucaristia  
19h30 • Serviço de jantar  
20h00 • Música DJ  
22h00 • Baile com os "Dukubículo"  
24h00 • Encerramento do recinto

### 29 • Domingo - Dia de S. Miguel

10h00 • Abertura do recinto  
11h00 • Missa de Festa e Procissão  
13h00 • Serviço de almoço  
15h00 • Banda Filarmónica "Os Aliados"  
17h00 • Encerramento do recinto

Famílias com Vida

Página 3



Rezemos pelo  
Butembo - Congo

Página 3



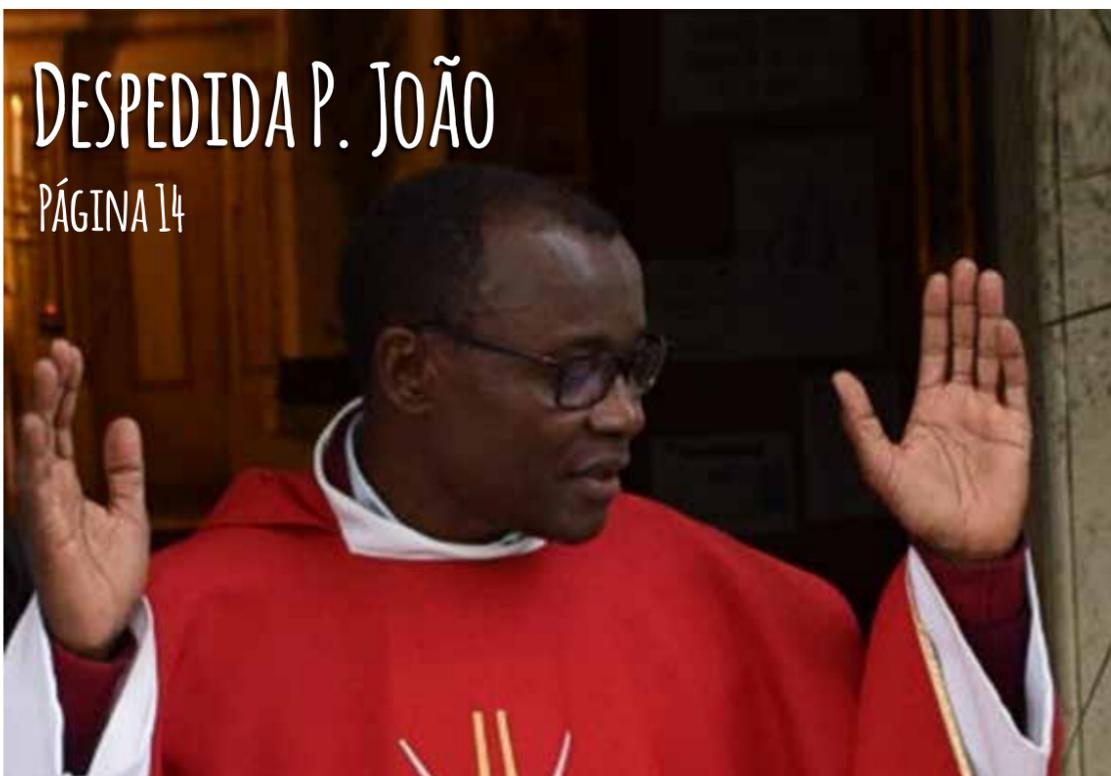
Histórias de Vida:  
António Luís Baptista

Página 10



## DESPEDIDA P. JOÃO

PÁGINA 14



## FESTA DE S. MAMEDE DE JANAS

15 de Agosto: Assunção de Nª Senhora

- 15.00h Missa na igreja de S. Mamede
- 16.00h Procissão de São Mamede

17 de Agosto: Dia de São Mamede

- 15.30h Missa do Padroeiro
- 16.30h Bênção do gado

Feira de 19 a 20 de Agosto em redor da igreja  
com a colaboração do Janas Futebol Clube



## Editorial

José Pedro Salema

### Um Deus presente!



Um dia destes, estava a começar a fazer sauna e o crucifixo que trago pendurado no peito, queimou-me! O primeiro pensamento que me veio à cabeça, foi: "meu Deus, escusas de me queimar, eu sei que também estás aqui!"

Foi o primeiro encontro! Daí para cá, tem sido uma conversa permanente naquele local! Tenho sentido uma proximidade, quase humana, que me enche de conforto. Engraçado dar-me conta que a minha vida diária se torna muito mais rica, se eu colocar Cristo nela. Mesmo que seja num quarto interior de um ginásio! Afinal, não está Deus presente em todo o lado, e em tudo o que Ele criou?

Já começo a compreender melhor a verdadeira presença de Deus no meio de nós!

Tantas vezes que O procuro, que fico à espera de um sinal, que anseio por algo que me faça estremecer de alegria, que identifique melhor a Sua presença perto...mas sou eu que me mantenho à distância... e Ele está aqui. SEMPRE!

Estou constantemente à procura de um Deus distante, quando eu é que me afasto!

Sou cristão porque acredito que Deus veio à terra. E que Jesus nos veio mostrar o Caminho. E que para chegar ao Céu é preciso passar pela Cruz. E sobretudo, porque acredito na Ressurreição! E eu quero mesmo ter vontade de ressuscitar com Cristo, de me levantar quando caio, de saber ouvir quando me apetece falar, de sorrir quando estou triste, de dar quando espero receber...

De uma coisa tenho certeza: Se eu colocar verdadeiramente Deus na minha vida, hei-de olhar para o mundo com um olhar diferente. O olhar do Amor de Deus em mim! Talvez este seja um bom tema de reflexão para férias. Aproveitemo-las bem!

## Os Nossos Padres

Pe. João Inácio

### Na hora do ADEUS

Queridos amigos e irmãos em Cristo!

Na hora do ADEUS, dois sentimentos e duas palavras rimam dentro de mim: **GRATIDÃO E PERDÃO.**

Gratidão eterna a Ti, Deus de Bondade, fonte de Vida e de Amor, que permitiste que os caminhos da minha vida se cruzassem com os dos meus irmãos da Unidade Pastoral de Sintra nestes dois anos e meio. A Ti, Senhor, devo o que sou como pessoa e como Teu ministro.

Agradeço-vos sinceramente a vós, meus irmãos e amigos, Pe. Armindo Reis e Pe. Jorge Doutor, que me acolhestes e aceitastes no vosso seio. Convosco procurei fazer e ser comunidade sacerdotal ao serviço desta Unidade Pastoral de Sintra. Na diferença de personalidades, de carácter e de temperamento, na diversidade de carismas e de dons, aprendi convosco a complementaridade, o trabalho conjunto e a comunhão. Procurei, convosco, contribuir para o crescimento humano e cristão de todos os que nos foram confiados. Reconheço que nem sempre o consegui e muitas vezes vos desiludi. Peço-vos perdão!

Enorme e profunda gratidão a cada um e a cada uma de vós, membros das diversas comunidades paroquiais de Sintra. O vosso caloroso acolhimento e a vossa aceitação à minha pessoa, permitiram que me sentisse muito bem, que me sentisse em família. A vossa hospitalidade fez com que eu procurasse retribuir com o que tinha de melhor. Procurei relacionar-me com todos sem distinção e sempre de coração aberto. Porém, tenho a plena consciência de não ter agradado a todos. Humildemente, consciente das minhas inúmeras limitações e imperfeições, peço perdão de todas as faltas de caridade que tive para convosco e do fraco e tímido testemunho de fé.

Reconheço que recebi muito mais de vós do que o que vos dei. Recolhi bem mais do que semeiei!

Saio desta comunidade muito mais enriquecido do que pude imaginar.

Parto dividido, porque o desejo de continuar no meio de vós contrasta com a necessidade de regressar à minha diocese de origem para assumir novas responsabilidades, para recomeçar e reaprender a vida. Parto com a alegria de pertencer a esta família interparoquial de Sintra.

Confiado na graça de Deus, parto levando-vos comigo, pois em mim ficou impressa a bela imagem de cada um de vós.

Um grande bem-haja a todos! Deus nos abençoe!

Vosso irmão e amigo, Pe. João Inácio



## A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

### "Vai e faz o mesmo" (Lc 10, 37b)

Vamos de férias mas não esqueçamos que mesmo em férias podemos viver a solicitude pelo irmão. Na proposta de objectivos para o novo ano pastoral a nível diocesano é-nos pedido "agir sempre ao estilo do Evangelho nas comunidades cristãs" (CSL, 54)

Para nos ajudar a concretizar este objectivo e abrir a todos as portas da esperança lembro uma pequena história: manhã de corrida a caminho do trabalho, a certo momento o trânsito intenso não deixa avançar: carros parados, nervos à flor da pele, o relógio não pára. Por entre os carros

parados um motard lá vai conseguindo avançar aos poucos e descobre um carro com o vidro aberto e um pai que assiste o filho acometido por uma convulsão e com dificuldade em respirar.

O motard oferece-se para os transportar ao hospital mais próximo. O pai aceita e aceleram por entre os carros, gritam urgência e gesticulam para que abram caminho. Ao fim de quatro minutos conseguem chegar ao hospital. O pai agradecido vê o filho salvo.

O motociclista lembra-se do filho que ficou em casa e que poderia estar no lugar desta criança que transportou



ao hospital. Reconhece que aquela manhã valeu mais que todo o seu dia de trabalho.

O Papa recorda-nos que "os pobres não podem esperar" e a Constituição Sinodal de Lisboa nº 54 diz-nos que devemos partilhar a vida "ao estilo evangélico de agir, concretizando em múltiplos sinais, gestos e atitudes, corresponde a convicção de que o anúncio do amor de Deus precede a obrigação moral e religiosa (EG 165); a proximidade, a escuta e o diálogo preparam o anúncio explícito do Evangelho e a alegria do dom respeita a liberdade de resposta e o compromisso. ■

## BOAS FÉRIAS!





## Pe. CLAUDINO PEDE QUE REZEMOS PELO BUTEMBO, NO CONGO

Pe. Armindo

O Pe. Claudino, missionário comboniano, que esteve a celebrar em Sintra no início de 2018, foi este ano para a R.D. do Congo, estando numa comunidade do seminário de Butembo, uma cidade no leste do país. Têm aí também uma escola profissional de marcenaria e informática com 20 alunos de famílias pobres, indicados pelos párocos.

Em mensagem de 12 de Março já o Pe. Claudino referia que o vírus ébola estava presente na cidade e que estava em perigo de se tornar



uma epidemia e as escolas terem de fechar, ficando a população proibida de entrar

ou sair da cidade. E há grupos radicais que negam a doença e destroem os hospitais que lutam contra ela.

No dia 25 de Abril comunicou a alegria de terem aberto um poço que dá água potável para o seminário e para o bairro adjacente, pagando as famílias 0,30€ por mês para terem acesso a 80 litros de água diariamente.

No dia 20 de Julho o Pe. Claudino escreveu a pedir orações, porque o ébola está a propagar-se, e um pároco da cidade está internado



com a doença, outros 5 padres que conviviam com ele ficaram de quarentena

e os fiéis da paróquia que receberam a comunhão da mão dele também estão sob vigilância. No dia anterior foram crismadas 1200 pessoas, mas crismar implica tocar nas pessoas e isso gera o medo que alguma tenha ébola e o padre ao crismar contraia o vírus e o passe aos crismandos seguintes. E se isso acontecer, vai haver ataques à igreja...

Rezemos pelos missionários combonianos e pela população do Butembo.



## FAMÍLIAS COM VIDA

Mary Anne Avillez

Fiquei espantada, mas contente, quando à saída da Missa em que foi anunciada a abertura do gabinete de atendimento da "Famílias com Vida", em novembro do ano passado, fui logo abordada por uma pessoa a pedir ajuda.

Em 2017 fui desafiada pela Vigararia de Sintra a frequentar o primeiro curso de "Orientação Familiar", uma iniciativa da Pastoral da Família da Diocese de Lisboa, em parceria com a Cáritas Diocesana de Lisboa. Éramos doze ao todo e várias começámos a trabalhar nas nossas paróquias (no meu caso na Vigararia) ou movimentos no fim de 2018. Neste momento decorre o segundo curso na Universidade Católica, em Lisboa.

Aceitei o desafio porque como esposa, mãe e avó, com muitos anos de trabalho ligado à formação na área da família, reconheço a importância de ter alguém com quem falar, que partilha os nossos valores, mas que, no entanto, mantém uma distância profissional.

Nas respostas aos questionários feitos a casais novos da nossa paróquia foi muitas vezes mencionada a necessidade de ter "alguém" com experiência com quem falar. Um casal que atendi recentemente, disse-me que tinha sido bom ouvir as observações feitas, comentários que eles no fundo sabiam ser importantes para melhorar

a sua relação, mas que precisavam de ouvir de uma terceira pessoa "profissional". Alguns casos são mais complexos e precisam de ajuda especializada. Estes são encaminhados para profissionais que colaboram com a "Famílias com Vida". O que entristece são as famílias que vêm já muito tarde, muito magoadas e com dificuldade em perdoar; mas quando têm vontade de ser ajudadas e com muito apoio e oração,

tudo é possível. É tão bom quando alguém, como uma pessoa que atendi logo no início, umas semanas mais tarde, com o seu problema resolvido, me abraça com força e diz "obrigada" ou o casal que precisava de ouvir o que no fundo já sabia ser um bom conselho, passa por mim no parque e cumprimenta-me com um grande sorriso. É tão importante pedir ajuda cedo! Por vezes basta desabafar, para começar a perceber

que o que parecia uma montanha é só um monte; que outras famílias têm os mesmos problemas; que o nosso adolescente é igual a todos os outros; que há quem nos possa ajudar a encontrar alguém que fique com as crianças umas horas, para o

casal poder "namorar".

Como o Papa Francisco nos diz, a família é a base da sociedade!

Passem palavra às vossas famílias e amigos para que os casais e famílias que se sentem fragilizadas procurem apoio cedo.



Famílias com Vida  
CENTRO DIOCESANO DE APOIO E ACOMPANHAMENTO ÀS FAMÍLIAS  
www.familiascomvida.pt



*A família fundada sobre o matrimónio é património da humanidade, constitui um bem grande e sumamente precioso, necessário para a vida, o desenvolvimento e o futuro dos povos.*

Papa João Paulo II, 25 Janeiro de 2003

### ACONSELHAMENTO FAMILIAR

com uma orientadora familiar.  
Serviço gratuito.  
Na igreja de São Miguel de Sintra.  
Inscrição no cartório.




Cartório da Unidade Pastoral de Sintra:  
2ª Feira, das 16H às 18H; 3ª a 6ª Feira, das 10H às 12H e das 16H às 18H; Sábado, das 17H às 18H30  
Telf: 219 244 744 || 966 223 785 Email: sao.miguel@paroquias-sintra.pt



## VÁRZEA

Maria dos Anjos e Carolina Dias

No dia 14 de Julho pelas 13h a comunidade da Várzea voltou a reunir-se para celebrar o 2º aniversário da sua capela, com o objetivo de angariar fundos para a sua Igreja.

Reunidos à volta da mesa, num alegre convívio, no qual reinou a alegria, a união e a partilha. "Os fiéis viviam todos unidos, conscientes do vínculo que os une entre si como irmãos em Cristo" (Papa Francisco)

Não faltaram também os jogos tradicionais que nos

remontaram de volta à nossa infância.

Gostaríamos de agradecer ao nosso Pároco Padre Armindo, ao Padre João e ao Padre Jorge pela sua presença, simpatia e companheirismo; assim como ao Presidente da Junta de Freguesia Fernando Pereira pela sua presença. Agradecemos também aos nossos irmãos, que vieram de algumas comunidades da vasta Unidade Pastoral de Sintra, para nos apoiar neste dia especial.



## 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).

**Espécies** – Espécies de pão e vinho: indicam o visível da Eucaristia. São sinal da presença real do Corpo e do Sangue de Cristo.

**Espírito Santo** – Terceira Pessoa da Santíssima Trindade. Na liturgia, é Ele quem, invocado pela Igreja na oração da epiclese, dá eficácia a todos os sacramentos.

**Estação** – Liturgicamente, indicava o lugar onde se reuniam os fiéis dos diversos bairros de Roma para a celebração presidida pelo Papa. Teoricamente continua vigente no Cerimonial dos Bispos, e dá-se-lhe muita importância como manifestação da unidade diocesana. Na linguagem popular, porém, não entrou este termo. **Estação:** emprega-se também para designar cada uma das cenas que compõem a via sacra.

**Estipêndio** – Palavra latina que significa «retribuição». É o contributo que os fiéis

costumam dar para o sustento da comunidade ou para a ajuda ao presbítero nas celebrações de alguns sacramentos. Não é que a Missa «se pague», mas o fiel participa também na celebração com um contributo económico. Hoje é uma tradição que está a ser revista; por falta de esclarecimento é mal entendida e presta-se a interpretações erróneas. Algumas comunidades locais suprimiram todo o estipêndio.

**Estola** – Veste litúrgica que consiste numa faixa larga (espécie de cachecol) que se coloca ao pescoço e desce até aos pés. É própria do ministério da ordem em todos os seus graus.

**Eucaristia** – Sacramento onde a presença de Cristo é mais plena. É o sacramento central dos cristãos.

**Eucologia** – Conjunto de orações de um livro litúrgico ou de uma celebração.

**Eulogia** – Palavra grega que significa «dizer bem, bendizer, abençoar».

**Evangelho** – Palavra grega que significa «notícia, boa nova». A leitura do evangelho é um dos pontos culminantes da celebração. É conveniente dar importância à proclamação do evangelho na celebração.

**Evangelário** – Livro litúrgico que contém as leituras evangélicas selecionadas para as celebrações. É bom que seja levado em procissão no início da celebração.

**Exame** – Mais conhecido com o termo exame de consciência. Tem o seu lugar na liturgia no ato penitencial no início da celebração eucarística, na recitação da Hora de Completas, no sacramento da Penitência como revisão da vida pessoal à luz da Palavra da Escritura proclamada.

**Exéquias** – Conjunto de ritos

e orações com que a comunidade acompanha os seus defuntos.

**Exorcismo** – Palavra grega que significa «lançar fora». Ação, com palavras e gestos, pela qual a Igreja, em nome de Deus, liberta e protege um fiel do mal. Existiu a ordem menor do exorcismo.

**Exposição** – «Pôr à vista». **Exposição do Santíssimo:** pôr à vista o Corpo eucarístico de Cristo para a adoração dos fiéis. Existem outras exposições: de relíquias, de imagens, ou do corpo de um defunto. Também tem o sentido de expor uma teoria ou doutrina, palestra.

**Exultet** – Primeira palavra latina do pregão da Vigília pascal; significa convite à alegria e júbilo profundo. Dava o nome a todo pregão; também se usava o nome de angélica. Hoje o nome normal é pregão pascal.

## ABC da Liturgia

**Feria** – Para os romanos, feria equivalia a «dia festivo». Na liturgia, ferias são os dias que se seguem ao Domingo. A segunda é a feria secunda, e assim sucessivamente. O Sábado mantém o nome de Sábado. O Domingo é «Dies Domini» ou «domínica». As ferias têm o seu lecionário próprio, ou leitura contínua, em dois ciclos: um para os anos pares, outro para os anos ímpares.

**Fermentum** – Pedaco de pão consagrado na Eucaristia presidida pelo Papa que era enviado às outras igrejas de Roma. Era uma maneira de afirmar a unidade e a fraternidade.

## Festa de Santo António - Abrunheira

No dia 12, 14, 15 e 16 de junho realizou-se a tradicional festa em honra de Santo António, organizada pela Comissão para a Construção da Igreja de Santo António da Abrunheira e pela comunidade cristã da Abrunheira. Associaram-se aos festejos a URCA e a Associação dos Reformados da Abrunheira, presentes com a venda Bolas de Berlim e jogos tradicionais.

Realizaram-se vários eventos, durante todo o fim de semana, entre os quais se destaca a Marcha Popular da Igreja da Abrunheira que este ano contou com um grupo de 24 pessoas, ensaiadas pelo Gabriel Carrico e o Casimiro Gonçalves.

No domingo realizou-se a eucaristia e a procissão em honra de Santo António, que passou por diversas ruas da Abrunheira a dar testemunho da fé desta comunidade.



**MAFEP**  
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

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

[www.mafep.pt](http://www.mafep.pt)



**Consultório Médico**

Miguel Forjaz, Médico

## Alcoolismo

Considera-se o alcoolismo como uma doença crónica frequente caracterizada por uma tendência a beber álcool mais do que o aceitável e pela impossibilidade de deixar esse hábito, apesar das tentativas para esse efeito e com as consequências negativas sociais e laborais inerentes. Estima-se que entre 8 a 10% da população sofra de um problema de consumo de álcool. Os homens são quatro vezes mais propensos a serem alcoólicos que as mulheres. E são susceptíveis a este hábito em qualquer idade, desde a adolescência à velhice. Portugal surge de forma sistemática entre os maiores consumidores de consumo de álcool a nível europeu e mundial. O álcool cria dependência tanto psicológica como física. Geralmente interfere com a capacidade de trabalhar e de relacionamento, determinando comportamentos destrutivos. As consequências do alcoolismo no indivíduo podem interferir, especialmente,

no seio familiar, no relacionamento com a mulher e filhos, no meio social conduzindo ao isolamento, no sector laboral, podendo levar ao absentismo e ao desemprego, e no aumento de acidentes, especialmente na estrada, pondo em risco a segurança das pessoas, entre outros aspectos. Sabe-se que o álcool está relacionado com 50% dos casos de morte em acidentes de viação, 50% dos homicídios e 25% dos suicídios.

### Causas

A causa concreta do alcoolismo não é bem conhecida. Os familiares consanguíneos dos alcoólicos têm uma incidência mais alta que a população em geral, assim como tem mais probabilidade de se desenvolver nos filhos biológicos do que nos adoptados, o que parece indicar que no alcoolismo existe um defeito genético ou bioquímico. O tipo de personalidade, o ambiente familiar adverso, são também

factores predisponentes. Sublinho que, quanto mais cedo se inicia o consumo de álcool maior o risco de desenvolvimento de dependência.

### Efeitos no organismo

A ingestão prolongada de quantidades excessivas de álcool danifica muito os órgãos, em especial o fígado, o cérebro e o coração. Como outras drogas, o álcool tende a induzir tolerância, pelo que as pessoas que bebem mais de dois copos por dia, por exemplo, podem ingerir mais álcool que os não bebedores sem que se verifiquem efeitos. O álcool ingerido é imediatamente absorvido no intestino delgado, sendo absorvido mais rapidamente do que se metaboliza (no fígado), ou elimina. O álcool deprime as funções cerebrais rapidamente após a ingestão, dependendo, obviamente, da quantidade ingerida.

Quatro Consequências a longo prazo do consumo do álcool:

1- Sob o ponto de vista nutricional: pode dar valores baixos de ácido fólico e ferro e consequente anemia e deficit de vitaminas.

2- Sob o ponto de vista gastrointestinal: pode dar no esófago inflamação, chamada esofagite e cancro; no estômago, gastrite e úlceras; no fígado, hepatite, cirrose e cancro; no pâncreas, pancreatite e cancro.

3- Sob o ponto de vista cardiovascular: pode dar no coração, arritmias e insuficiência cardíaca; nos vasos sanguíneos, hipertensão arterial e acidentes vasculares cere-

brais.

4- Sob o ponto de vista neurológico: pode dar, no cérebro, confusão, coordenação reduzida, perda de memória e, mais tarde, até psicose nos casos mais graves.

Muita coisa se poderia acrescentar sobre este tema, concretamente sobre a prevenção e tratamento, assim como algumas das complicações e particularidades, como o síndrome de abstinência alcoólica, o delirium tremens, o síndrome de korsakoff, a encefalopatia de Wernicke. Ficará para uma próxima oportunidade. ■

**Planeta Azul - A Casa Comum**

Pedro Lopes, Chefe de Agrupamento

## PLANETA AZUL – A CASA COMUM

Foi sob este tema que o agrupamento 1134 - Sintra viveu mais um ano.

Ao terminar este ano escutista, e estando os nossos escuteiros a retemperar as suas energias, importa fazer um balanço do que foi o nosso ano.

Tendo por base a encíclica do Papa Francisco, e seguindo o lema “A missão é criar um mundo melhor. Tu foste escolhido!”, quisemos, ao longo do ano, viver de forma mais intensa a protecção do nosso planeta, trazendo ao nosso dia-a-dia escutista a importância da nossa relação com o mundo que nos rodeia.

Ao longo do ano fomos, em agrupamento ou em secção, dando corpo a esta nossa ideia de estar no mundo. Foram assim realizadas inúmeras actividades, seguindo o método escutista, mas dando um cunho muito

especial à proposta de “deixar o mundo um pouco melhor do que o encontramos”.

Aproveitando ao máximo o tema do ano, o agrupamento realizou logo no início do ano, um jantar de angariação de fundos, dinâmico com um Quiz, para a participação de todos os convivas, em que se reflectia as grandes questões sobre a defesa do nosso planeta.

As secções também foram seguindo esta temática, com acções mais ou menos vistosas, das quais se destacam as seguintes: limpeza de praias e de parques urbanos, plantação de árvores, separação de resíduos em campo, visitas de estudo e construção de ecoponto na sede.

Neste sentido, os camilheiros foram contemplados com a insígnia escutista “Tree for the World 2019”, com a plantação de árvores autóctones, para o qual tinham preparado o seu pro-

jecto, com a colaboração dos Serviços da Câmara Municipal de Sintra (CMS).

Também os nossos pioneiros estão a aguardar o resultado do concurso escutista regional RECRUA, em que se pretendia a construção de Ecopontos em sedes escutistas, tendo já apresentado o seu relatório final.

No final do ano escutista, o agrupamento volta a estar reunido para mais uma actividade de sensibilização ambiental, com a limpeza de resíduos verdes do espaço junto à capela da Quinta da Ribafria. Esta actividade contou com o apoio dos Serviços da CMS, e contou, para além dos membros do agrupamento, com a participação dos pais dos escuteiros.

Foi, assim, um ano que que crescemos mais, em que cada um se sentiu útil e teve a oportunidade de progredir na sua relação com os outros, consigo e como o Pai. ■





# Vamos Casar

VENHAM FAZER CONNOSCO A PREPARAÇÃO DO VOSSO MATRIMÓNIO



**CENTRO DE PREPARAÇÃO PARA O MATRIMÓNIO**  
CPM - SINTRA  
Igreja de São Miguel

Avª Adriano Júlio Coelho, nº 3  
2710-518 SINTRA

Telef. 219 244 744 - 966 223 785  
e-mail: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

**PRÓXIMAS DATAS:**  
20 A 22 DE SETEMBRO DE 2019



## Maria Ludovina

**A** Maria Ludovina Santos partiu no passado dia 8 de Julho, após catorze meses de luta contra um tumor cerebral. A família diz que não se deu o milagre da cura, mas deu-se o do amor que os uniu ainda mais a todos nesta fase difícil.

A Maria era a coordenadora da Equipa Pastoral do Lourel e representava a comunidade no Conselho Pastoral da UPS. Era também membro do grupo do Renovamento Carismático de Sintra, colaborava assiduamente com o Grupo Janela na confeção dos almoços solidários e gostava de ajudar em tudo o que podia. Tinha recebido, há pouco tempo, a missão de ministra extraordinária da Comunhão e os filhos encontraram num dos seus apontamentos: "Para mim, o encontro com Jesus sacramentado, na Eucaristia, é sempre um momento de paz, entrega, escuta e felicidade." Nos últimos dias da sua vida, já não conseguia falar, apenas conseguia repetir "Ai Jesus".

Interpretando o seu desejo, a família decidiu pedir aos amigos que, em vez de flores, no velório, levassem ofertas para ajudar na construção da igreja do Lourel, tendo juntado uma soma considerável, que a comunidade do Lourel agradece.

A vida de uma pessoa não se mede pelo número de anos aqui na Terra, mas pela intensidade e generosidade com que é vivida e nisso a vida da nossa irmã Maria Ludovina foi grande. Louvado seja Nosso Senhor Jesus Cristo!





**Gota a Gota-Grupo de Ação Social**  
Artigos doados em julho/agosto 2019

| Artigos                 | Quantidade  |
|-------------------------|-------------|
| Fraldas Incontinência S | 3           |
| Fraldas Nº3             | 6           |
| Fraldas Nº4             | 7           |
| Fraldas Nº5 (especiais) | 3           |
| Fraldas Nº5             | 15          |
| Fraldas Nº6             | 9           |
| Toalhitas               | 32          |
| Farinha Láctea          | 71          |
| Flocos Cereais / Mel    | 84          |
| Cereais/Corn Flakes     | 99          |
| Leite UHT Meio Gordo    | 882         |
| Fruta Pack 4 boiões     | 4           |
| Bolacha Maria           | 12          |
| Shampoo                 | 4           |
| Açúcar                  | 4           |
| Arroz                   | 4           |
| Massa                   | 4           |
| Esparguete              | 4           |
| Salsichas               | 36          |
| Atum                    | 20          |
| Azeite                  | 5           |
| Grão / Feijão           | 9           |
| Fruta em conserva       | 6           |
| Oleo                    | 1           |
| Sabonetes/Gel           | 4           |
| Papel Higienico         | 4           |
| Café                    | 4           |
| Dentifrico              | 4           |
| Desodorizante           | 4           |
| Farinha                 | 4           |
| <b>Total:</b>           | <b>1348</b> |

**Ofertas**

|                                |            |
|--------------------------------|------------|
| Leite UHT Meio Gordo (Anónimo) | 60 litros  |
| Campanha Leite                 | 115 litros |



## Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Isabel Carrilho

### A razão da família

O homem, no seu processo de realização, percorre múltiplos caminhos. O primeiro, logo que nasce, é o da família, pois é ela que o acolhe, nela dá os primeiros passos, encontra a teia de relações, tomando consciência da sua dignidade e valores, a comunhão com os outros, o amor, e é dela que parte à procura do mundo.

João Paulo II dizia que "a família é o âmbito privilegiado para fazer crescer todas as potencialidades pessoais e sociais que o homem leva inscritas no seu ser" e que, "em torno da família se trava, hoje, o combate fundamental da dignidade do homem". Apresenta a família como o santuário da vida e património da humanidade, considerando que é uma comunidade insubstituível, onde Jesus habita.

A família é desígnio de Deus para o homem e para a mulher, juntos, em família: crescer, multiplicar, encher a terra, submetê-la. Deus vive no lar nascido de um matrimónio. Nas palavras de Deus – "crescei e multiplicai-vos" – encerra-se todo o sentido da vida conjugal e familiar.




**FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA SAPA**

Cent. N.º 508 172 187

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



Queijadas da SAPA SINTRA

Volta do Duche, 12  
Tel. 219230493

**SINTRA**  
PORTUGAL



## 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

Pe. João Inácio

### SACRAMENTO DA UNÇÃO DOS ENFERMOS, PARA QUÊ?

#### A pessoa humana diante da doença e do sofrimento

A doença e o sofrimento estiveram sempre entre os problemas mais graves que afligem a vida humana. Na doença, a pessoa experimenta a sua incapacidade, os seus limites, a sua finitude. Qualquer enfermidade pode fazer-nos pressentir a morte.

A doença pode levar à angústia, ao fechar-se em si mesmo e até, por vezes, ao desespero e à revolta contra Deus. Mas também pode tornar uma pessoa mais amadurecida, ajudá-la a discernir, na sua vida, o que não é essencial para se voltar para o que o é. Muitas vezes, a doença leva à busca de Deus, a um regresso a Ele.

#### O sentido do sofrimento humano

Tudo o que fazemos na vida tem de ter um sentido, uma razão de ser. Não fazemos as coisas apenas por fazer. As nossas alegrias, as

nossas tristezas e as nossas dores têm de ter um porquê e um para quê, caso contrário entramos em crise. Assim acontece com a doença. E será que o sofrimento humano tem alguma razão de ser? Podemos dar sentido ao nosso sofrimento?

Na Sagrada Escritura, o doente experimenta os seus limites e ao mesmo tempo percebe que a doença está ligada misteriosamente ao pecado. A doença é vista também com um valor redentor em relação aos próprios pecados e aos dos outros. A compaixão de Jesus pelos doentes são um claro sinal de que com Jesus chegou o Reino de Deus e a vitória sobre o pecado, o sofrimento e a morte. Com a sua paixão e morte na cruz, Jesus dá um novo sentido ao sofrimento que, unido ao seu, pode ser meio de purificação e de salvação para nós e para os outros.

#### Qual é o comportamento da Igreja em relação aos doen-

#### tes?

A Igreja, tendo recebido do Senhor a ordem de curar os enfermos, procura pô-la em prática com os cuidados para com os doentes, acompanhados da oração de intercessão. Ela possui sobretudo um sacramento específico em favor dos enfermos, instituído pelo próprio Cristo e atestado por São Tiago: «Quem está doente, chame a si os presbíteros da Igreja e rezem por ele, depois de o ter ungido com óleo no nome do Senhor» (Tg 5,14-15).

#### O que é a Unção dos Enfermos?

É o sacramento de cura que se destina a reconfortar os que se encontram sob a prova da doença. Ela tem por finalidade conferir uma graça especial ao cristão que enfrenta dificuldades inerentes ao estado de doença grave ou de velhice.

A Unção dos Enfermos confere uma graça especial que une mais intimamente

o doente à Paixão de Cristo, para o seu bem e de toda a Igreja, dando-lhe conforto, paz, coragem, e também o perdão dos pecados, se o doente não se pode confessar. Este sacramento consente por vezes, se for a vontade de Deus, também a recuperação da saúde física. Em todo o caso, esta Unção prepara o doente para a passagem à Casa do Pai.

#### Como se celebra o sacramento da Unção dos enfermos ou Santa Unção?

A celebração deste sacramento consiste essencialmente na unção com óleo benzido, se possível, pelo Bispo, na frente e nas mãos do doente (no rito romano, ou também noutras partes do corpo segundo outros ritos), acompanhada da oração do sacerdote, que implora a graça especial deste sacramento.

#### Quem administra o sacramento da Unção dos Enfermos?

Só pode ser administrado pelos sacerdotes (Bispos ou presbíteros).

#### Quem pode receber este sacramento?

Este sacramento pode ser recebido pelo fiel que começa a encontrar-se em perigo de morte por doença ou velhice. O mesmo fiel pode recebê-lo também outras vezes se a doença se agrava ou então no caso doutra doença grave. A celebração deste sacramento, se possível, deve ser precedida pela confissão individual do doente. A Unção dos Enfermos não é sacramento só dos que estão no fim da vida. É conveniente receber a Unção dos Enfermos antes duma operação cirúrgica importante. E o mesmo se diga a respeito das pessoas de idade, cuja fragilidade se acentua.

(Conferir Catecismo da Igreja Católica, nºs 1499-1531)

## ENSINAMENTOS PAPAIS

Pe. João Inácio

O que falámos sobre o sacramento da Unção dos Enfermos no Espaço Doutrinal é dito de um modo mais coloquial e simples pelo nosso Papa Francisco. Deixamos aqui alguns extratos do seu ensinamento:

«Amados irmãos e irmãs, bom dia!

Gostaria de vos falar hoje do Sacramento da Unção dos enfermos, que nos permite ver concretamente a compaixão de Deus pelo homem. No passado era chamado «Extrema Unção», porque era entendido como conforto espiritual na iminência da morte. Ao contrário, falar de «Unção dos enfermos» ajuda-nos a alargar o olhar para a experiência da doença e do sofrimento, no horizonte da misericórdia de Deus.

Há um ícone bíblico que

expressa em toda a sua profundidade o mistério que transparece na Unção dos enfermos: é a parábola do «bom samaritano», no Evangelho de Lucas (10, 30-35). Todas as vezes que celebramos este Sacramento, o Senhor Jesus, na pessoa do sacerdote, torna-se próximo de quem sofre e está gravemente doente, ou é idoso. Diz a parábola que o bom samaritano se ocupa do homem sofredor derramando sobre as suas feridas óleo e vinho. O óleo faz-nos pensar no que é abençoado pelos bispos todos os anos, na Missa crismal da Quinta-Feira Santa, precisamente em vista da Unção dos enfermos. O vinho, ao contrário, é sinal do amor e da graça de Cristo que brota do dom da sua vida por nós e expressam em toda a sua riqueza na vida sacramental da Igreja. Por fim, a pessoa sofredora é confiada a um

hoteleiro, a fim de que continue a ocupar-se dela, sem se preocupar com a despesa. Mas, quem é este hoteleiro? É a Igreja, a comunidade cristã, somos nós, aos quais todos os dias o Senhor Jesus confia aqueles que estão aflitos, no corpo e no espírito, para que possamos continuar a derramar sobre eles, sem medida, toda a sua misericórdia e salvação.

Este mandato é reafirmado de maneira explícita e clara na Carta de Tiago, na qual se recomenda: «Está alguém entre vós doente? Chame os presbíteros da igreja, e estes façam oração sobre ele, unguendo-o com óleo, em nome do Senhor. E a oração da fé salvará o enfermo, e o Senhor o levantará; e, se houver cometido pecados, ser-lhe-ão perdoados» (5, 14-15). Por conseguinte, trata-se de uma prática que já se usa-

va na época dos Apóstolos. Com efeito, Jesus ensinou aos seus discípulos a ter a sua mesma predileção pelos doentes e pelos sofredores e transmitiu-lhes a capacidade e a tarefa de continuar a conceder no seu nome e segundo o seu coração alívio e paz, através da graça especial deste Sacramento. Mas isto não nos deve fazer cair na busca obstinada do milagre ou na presunção de poder obter sempre e apesar de tudo a cura. Mas é a certeza da proximidade de Jesus ao doente e também ao idoso, porque cada idoso, cada pessoa com mais de 65 anos, pode receber este Sacramento, mediante o qual é o próprio Jesus que se aproxima.

Mas na presença de um doente, por vezes pensa-se: «chamemos o sacerdote para que venha»; «Não, dá azar, não o chamemos», ou então,

«o doente assusta-se». Por que se pensa assim? Porque um pouco há a ideia de que depois do sacerdote venha a agência funerária. E isto não é verdade. O sacerdote vem para ajudar o doente ou o idoso; por isto é tão importante a visita dos sacerdotes aos doentes. É preciso chamar o sacerdote para junto do doente e dizer: «venha, dê-lhe a unção, abençoe-o».

Temos este hábito de chamar o sacerdote para que aos nossos doentes — não digo doentes de gripe, uma doença de 3-4 dias, mas quando é uma doença séria — e também para os nossos idosos, venha lhes conferir este Sacramento, este conforto, esta força de Jesus para ir em frente? Façamo-lo!» (PAPA FRANCISCO, AUDIÊNCIA GERAL, 26/02/ 2014).

# Festas de São Miguel Sintra

27, 28 E 29  
SETEMBRO



Início das  
Comemorações do **25º**  
Aniversário  
da Igreja de  
São Miguel



RESTAURANTE • BIFANAS • ARTESANATO • QUERMESSE • JOGOS TRADICIONAIS • CONCERTOS • E MUITO MAIS...

## 27 • Sexta-feira

19h00 • Abertura do recinto  
19h30 • Serviço de jantar  
22h00 • Baile com os “Ex-tintos”  
24h00 • Encerramento do recinto

## 28 • Sábado

15h30 • Abertura do recinto  
16h00 • Tarde de Talentos  
19h00 • Eucaristia  
19h30 • Serviço de jantar  
20h00 • Música DJ  
22h00 • Baile com os “Dukubículo”  
24h00 • Encerramento do recinto

## 29 • Domingo - Dia de S. Miguel

10h00 • Abertura do recinto  
11h00 • Missa de Festa e Procissão  
13h00 • Serviço de almoço  
15h00 • Banda Filarmónica “Os Aliados”  
17h00 • Encerramento do recinto

Organização:



Apoios



União das Freguesias de Sintra

# FESTAS DE SÃO PEDRO



29 Junho



todos os principais Acordos e Seguros de Saúde



## CINTRAMÉDICA

PORTELA DE SINTRA

CONSULTAS E EXAMES

MEDICINA DENTÁRIA

SERVIÇOS DE SAÚDE

ANÁLISES CLÍNICAS

ENFERMAGEM

FISIOTERAPIA

faça a sua marcação online:  
[cintramedica.pt](http://cintramedica.pt)

21 910 00 80

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

## HISTÓRIA DE VIDA: António Luís Baptista

Entrevista: Pe. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

**A**ntónio Luís Pedro Baptista, filho de António da Conceição Baptista e de Maria Domingas Pedro Baptista, nasceu em casa, a 28 de junho de 1946 e foi batizado no 29 de julho seguinte, em São Martinho, na Vila Velha de Sintra.

A mãe era da Pernigem, freguesia de São João das Lampas, e o pai de Queluz, tendo nascido por cima da cozinha velha do Palácio de Queluz, numa altura em que a cozinha tinha dois pisos, depois destruídos por um fogo, porque o avô era responsável pelos jardins do Palácio. Entretanto a família, com os seus 8 filhos, mudou-se para Sintra, porque o avô foi transferido para o Palácio da Vila, onde passaram a viver. O avô ficou responsável pelo "jardim da preta" que fica à volta do Palácio (o nome do jardim deve-se a uma estátua situada no jardim) e um tio ficou como contínuo.

Os pais casaram na igreja de São Martinho e tiveram dois filhos, sendo António Luís dois anos mais novo que a irmã. O pai comprou um prédio na Vila, onde instalou uma mercearia (onde agora estão as esplanadas, próximo da Piriquita). Mais tarde teve uma segunda mercearia na Vila, em sociedade,

no Beco.

O António Luís estudou no Externato Académico de Sintra, no Arraçarão, onde fez toda a escolaridade até ao antigo 7º ano e depois o acesso à Universidade. A escola era mista e tinha muitos alunos do Algarve. Depois foi para Lisboa, fazer engenharia civil, no Politécnico, que frequentou só até ao 3º ano, porque o pai não o deixava morar em Lisboa, como faziam outros colegas, e foi fazer o serviço militar, primeiro em Mafra, depois em Vendas Novas e Évora. Foi nesta última que, em 1971, com 25 anos, teve um acidente automóvel que lhe fraturou a coluna e o levou a reformar-se por invalidez. Chegou a andar de cadeira de rodas, mas não desistiu, fez muitos exames médicos e muita reabilitação, conseguindo superar muitas das limitações provocadas pelo acidente.

Pediu, então, aos pais que lhe alugassem a loja ou que lhe vendessem. O pai decidiu alugar e o António Luís abriu uma loja de artesanato, numa altura em que o turismo ainda não era o que é hoje, mas como foi das primeiras, foi um sucesso. Depois começou também a fazer turismo de habitação, muito antes de se ter dado o boom a que hoje

assistimos. Acabou por trespassar a loja, mas mantém ainda o negócio de turismo de habitação.

Das suas memórias de infância relacionadas com a Igreja, António Luís tem ideia de conhecer o Padre Baltazar e o Padre Abílio. Às vezes ia à igreja de São Martinho rezar o terço. Lembra-se que havia um corredor entre o altar-mor e o retábulo da igreja, que tinha do lado esquerdo uma pequena porta onde guardavam o azeite e os pavios para as lamparinas. O novo altar, em pedra, foi feito para a capela do Cristo Rei, em Almada, mas por alguma razão foi rejeitado e acabou nesta igreja.

O António Luís afastou-se da Igreja ainda em criança e só em 1996 começou a frequentar de forma regular, no tempo do Padre Carlos Jorge, a quem um dia foi escutar por incentivo da mãe. A juventude e dinamismo do Padre Carlos atraiu muita gente que estava afastada. Entretanto foi convidado para um Cursinho de Crisandade, que fez ao mesmo tempo que o Pe. Carlos, orientado pelo Padre Raúl de Cascais. Foi, para o António Luís, uma descoberta da Igreja. Começou a colaborar na Paróquia integrando vários grupos,

como foi o caso do grupo de manutenção da igreja. Também colaborou em algumas peregrinações e nas festas "abertas" do S. Martinho: a festa rodava cada ano por uma comunidade. Recorda que a primeira reunião do Secretariado Permanente do Conselho Pastoral foi realizada em sua casa.

Depois surgiu o desafio da sala-museu de S. Martinho, que nasceu da necessidade de reorganizar muitas coisas que estavam espalhadas por vários locais da igreja. Como a Paróquia recebeu em herança o apartamento da D. Esperança, na rua da Biquinha, a sala já não era precisa para a catequese. Então deram-nos as estantes do posto de turismo e começaram os trabalhos, primeiro orientados por um arquiteto amigo do Pe. Carlos e com a ajuda dos nossos escuteiros. Como o espólio era imenso, e muitas coisas não teriam muito valor, levaram uma carrada para um armazém fora de Sintra, mas alguns paroquianos ainda lá foram "resgatar" algumas peças que achavam importantes. Algumas coisas foram guardadas na garagem do António Luís, até este ano, como a teia do altar. A montagem da sala foi trabalho sobretudo do António Luís, da Fátima Leitão e da Rosarinho Triste, com outras ajudas. O Fernando Santos também



ajudou a elaborar a brochura e a apurar o rigor dos factos.

O pai do António faleceu em 1993, aos 83 anos e a mãe com 101, ainda no ano passado. O cuidado da mãe levou-o a deixar de colaborar de forma tão intensa na Igreja, embora as pessoas ainda se lembrem do seu trabalho e o procurem quando querem saber alguma informação. Por outro lado também comprou uma casa em Cascais onde agora passa a maior parte do tempo.

Que o António nos possa continuar a ajudar, na medida das suas possibilidades, e que outros mais novos possam também ganhar o gosto de cuidar da igreja de São Martinho cada vez menos frequentada, pela diminuição dos residentes e, agora também, devido à interdição do trânsito automóvel a não residentes.

## PARA FAZER PENSAR

**U**m senhor de 70 anos viajava de trem, tendo ao seu lado um jovem universitário, que lia no seu livro de ciências.

O senhor, por sua vez, lia um livro de capa preta. Foi quando o jovem percebeu que se tratava da Bíblia e estava aberta no livro de Marcos.

Sem muita cerimónia o jovem interrompeu a leitura do velho e perguntou:

O senhor ainda acredita neste livro cheio de fábulas e credices?

Sim, mas não é um livro de credices. É a Palavra de Deus. Estou errado?

Respondeu o jovem:

- Mas é claro que está! Creio que o senhor deveria estudar a História Universal. Veria que a Re-

volução Francesa, ocorrida há mais de 100 anos, mostrou a miopia da religião. Somente pessoas sem cultura ainda creem que Deus tenha criado o mundo em seis dias. O senhor deveria conhecer um pouco mais sobre o que os nossos cientistas pensam e dizem sobre tudo isso.

- É mesmo? Disse o senhor. E o que pensam e dizem os nossos cientistas sobre a Bíblia?

- Bem, respondeu o universitário, como vou descer na próxima estação, falta-me tempo agora, mas deixe o seu cartão que lhe enviarei o material pelo correio com a máxima urgência.

O velho então cuidadosamente abriu o bol-

so interno do paletó e deu o seu cartão ao universitário.

Quando o jovem leu o que estava escrito, saiu cabisbaixo sentindo-se a pior pessoa do mundo.

No cartão estava escrito: Professor Doutor Louis Pasteur, Diretor Geral do Instituto de Pesquisas Científicas da Universidade Nacional da França.

E um pouco mais abaixo a frase estava escrito em letras góticas e negritas: "Um pouco de ciência nos afasta de Deus. Muita, nos aproxima".

Facto verídico ocorrido em 1892, integrante da biografia de Louis Pasteur...



**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

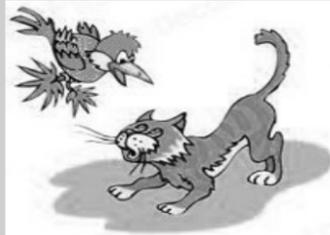
Tel: 219 243 490

(Fecha à 3.ª feira)



Para os mais pequenos  
do Site "O meu bebé"

### O pássaro que enganou o gato



Certo dia, um gato muito sabichão caminhava sobre o telhado de uma casa, quando avistou um canarinho assobiando, num fio da rede elétrica.

“Ei! Belo pássaro cantor, já sabes da novidade?” Disse o bichano olhando para o alto.

“Que novidade?” Perguntou o passarinho, já desconfiado.

“Uma nova lei foi aprovada... Agora todos os bichos terão de ser amigos, não haverá mais rivalidade, nem presas, nem predadores e todos terão que viver em harmonia e paz”.

“Sério?!!” Questionou o canário.

“Sim, e para comemorar, voa até aqui ao pé de mim e vem dar-me um abraço, sejamos amigos!”.

“Tudo bem” disse o canário, “Vou pousar próximo à casinha do Rex, aquele grande pastor alemão ali no quintal e então nos abraçaremos e comemoraremos os três juntos”.

Ouvindo isto, o felino saltou tentando agarrar o pássaro, que voou rapidamente e desatou a rir à gargalhada do gato.

“Lei nova... ha, ha, ha, ha!!!

O gato saiu frustrado e a resmungar, pois não contava com a astúcia do pequeno pássaro.

### Imagem para colorir

BOAS FÉRIAS!

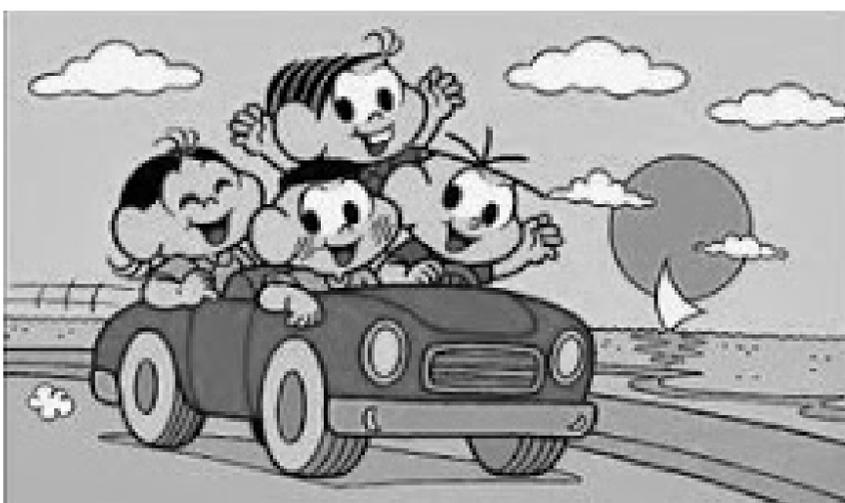


### Sopa de Letras - Meios de Transporte

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

Helicóptero; Automóvel; Trenó; Avião; Carruagem; Metro;  
Submarino; Táxi; Combóio; Navio; Autocarro; Veleiro;  
Bicicleta; Mota; Camião; Elétrico.

### Descobre as 7 Diferenças



### Sudoku - puzzle

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

## No meio da ponte

Teresa Santiago

Quando viu a decadência moral e espiritual do seu tempo, o jovem Bento decidiu subir para as montanhas e tornar-se eremita. Qualquer semelhança com a nossa época não é mera coincidência. G. K. Chesterton diz que cada século é salvo pelo santo que lhe é mais contrário. A simplicidade monástica de São Bento era justamente a resposta de que a corrupção e a opulência do decadente Império Romano precisavam. Ele respondeu à luxúria com a pureza, à avareza com a simplicidade, à ignorância com a sabedoria, à decadência com a indústria e ao cinismo com a Fé. Suas comunidades nas montanhas tornaram-se faróis numa época de trevas e um refúgio para as tempestades que estavam prestes a cair.

Coloquemos o nosso foco nos votos que estão no coração de S. Bento: estabilidade, obediência e conversão de vida. A estabilidade nos ajudará a desenvolver raízes profundas na nossa Fé, nas nossas famílias e na nossa Igreja. Encontraremos aí a nossa segurança e não no nosso trabalho, no nosso dinheiro ou nas nossas realizações. A obediência significa que devemos procurar submeter-nos constantemente às Sagradas Escrituras, aos ensinamentos da Igreja, a Deus e uns aos outros.

Muitos católicos estão no meio da ponte tentando

não pender nem para um lado nem para o outro e, assim, procuram percorrer a vida. Praticam quando podem, o que conta é a sua vontade, a sua disposição.

Reduzem o Evangelho às suas práticas e são irreduzíveis em matéria de estilos e modos de viver o catolicismo.

Como remédio, o Santo Padre lembra o imprescindível papel da graça que importa conhecer e valorizar.

No meio da ponte. Praticam quanto podem, quando não têm outros compromissos sociais acima de Deus; rezam pouco, pois o mau uso do tempo não lhes permite mais; conhecem da doutrina o que lhes interessa, pois não querem aprofundar o conhecimento e a vivência da Fé.

Li o sermão de um sábio sacerdote que contava a interessante história de um desses cristãos que gostava de viver em cima da ponte.

Sai daí - pediam os anjos - vem para este lado do bem, íntegro, sério, religioso e comprometido. Do outro lado, os diabos nada diziam e pareciam até comprazidos naquela indecisão. Pedem tanto que eu opte pelo lado do bem e os infernos não fazem o mesmo? - Uma dessas horrendas criaturas aponta então com a sua pata para uma placa ali pendurada

desde sempre, onde estava escrito: a ponte é propriedade do demónio....

A ponte não é um lugar neutro. Como não existe um destino eterno neutro, mas a consequência das nossas opções de uma vida verdadeiramente com Deus, ou não. Se o conto do homem em cima da ponte parece irreal, as palavras da Escritura não o são e jamais passarão: "Conheço as tuas obras: não és frio, nem quente. Oxalá fosses frio ou quente. Assim, porque és morno - e não és frio nem quente - vou vomitar-te da minha boca. Sê, pois, zeloso e arrepende-te. Olha que eu estou à porta e bato: se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, Eu entrarei na sua casa e cearei com ele." (Ap. 3, 15-16; 19, 20).

É um apelo à conversão e ao zelo pelas coisas da Fé; deixar as portas da nossa vida escancaradas e não semi-abertas a Cristo, como pedia vigorosamente S. João Paulo II no início do seu Pontificado. Recentemente, o Papa Francisco destacou uma característica comum a todos os santos "que é o fato de terem sabido amar Jesus com toda a radicalidade. Jesus não se conforma com uma percentagem de amor" - não podemos amá-lo a vinte, cinquenta ou sessenta por cento. Ou tudo ou nada.

A conversão de vida significa que tudo o que fizemos e dissermos e toda a decisão que tomarmos, será determinada pelo nosso desejo de sermos completamente transformados na imagem de Cristo. Ou, como S. Bento põe em sua Regra, nada antepor a Cristo.

S. Bento rogai por nós!



Intenções do Papa

Agosto e Setembro 2019

**Educar para o futuro:** (Ago.)  
**"Para que as famílias, graças a uma vida de oração e de amor, se tornem cada vez mais "laboratórios de humanização".**  
*"...que as famílias sintam sempre a Tua presença, aprendam os teus gestos de amor e compaixão e sejam no mundo sinal do Teu Reino".*  
*(Mensagem cj)*

**Cuidar a nossa Casa:** (Set.)  
**"Para que os políticos, os cientistas e os economistas trabalhem juntos pela proteção dos mares e dos oceanos".**  
*"No nosso mundo, onde as injustiças abundam e há um crescente número de pessoas privadas de direitos humanos básicos e consideradas descartáveis, o princípio do bem comum torna-se um apelo à solidariedade e à opção preferencial pelos nossos irmãos e irmãs mais pobres (LS 158)."*



### Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Técnica de  
**Dra. Célia Maria Simões Casinhas**

FARMÁCIA MARRAZES

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 - Agosto/Setembro 2019 - Ano C                                 |   |  |  |   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|---|--|--|---|
|   | Dia 11 Ago.   | Dia 15 Ago.  | Dia 18 Ago.                                      | Dia 25 Ago.   | Dia 1 Set.  | Dia 8 Set.   | Dia 15 Set.  | Dia 22 Set.   |
|  | 19.º DOM. TC  | ASSUNÇÃO N. SR.ª   | 20.º DOM. TC                                     | 21.º DOM. TC  | 22.º DOM. TC  | 23.º DOM. TC   | 24.º DOM. TC   | 25.º DOM. TC  |
| Leitura I   | Sab 18, 6-9   | Jer 38, 4-6.8-10   | Ap 11,19a;12,1-6a.10ab                           | Is 66, 18-21  | Sir 3, 19-21.30-31  | Sab 9, 13-19   | Ex 32, 7-11.13-14  | Am 8, 4-7   |
|   | «Da mesma forma castigastes os adversários e nos cobristes de glória, chamando-nos a Vós» | «Geraste-me como homem de discórdia para toda a terra»         | «Apareceu no Céu um sinal grandioso»             | «De todas as nações não-de reconduzir os vossos irmãos»                   | «Humilha-te e encontrarás graça diante do Senhor»               | «Quem pode sondar as intenções do Senhor?»                           | «O Senhor desistiu do mal com que tinha ameaçado o seu povo»               | Contra aqueles que "possuem dinheiro alheio"                                  |
| Salmo   | 32, 1.12.18-20.22   | 39, 2.3.4.18   | 44, 10.11.12.16                                  | 116, 1.2  | 67, 4-7ab.10-11   | 89, 3-6.12-14.17   | 50, 3-4.12-13.17.19  | 112, 1-2.4-6.7-8  |
|   | "Feliz o povo que o Senhor escolheu para sua herança."                                    | "Senhor, socorrei-me sem demora."                              | "À vossa direita, Senhor, está a Rainha do Céu." | "Ide por todo o mundo, anunciai a boa nova."                              | "Na vossa bondade, Senhor, preparastes uma casa para o pobre."  | "Senhor, tendes sido o nosso refúgio através das gerações."          | "Vou partir e vou ter com meu pai."  | "Louvai o Senhor, que levanta os fracos."                                     |
| Leitura II  | Hebr 11, 1-2.8-19   | Hebr 12, 1-4   | Cor 1, 15,20-27                                  | Hebr 12, 5-7.11-13  | Hebr 12, 18-19.22-24a   | Fim 9b-10.12-17  | 1 Tim 1, 12-17   | 1 Tim 2, 1-8  |
|   | «Esperava a cidade, da qual Deus é arquitecto e construtor»                               | «Corramos perseverantes para o combate presente diante de nós» | «Por Ele e para Ele tudo foi criado»             | «O Senhor corrige aquele que ama»   | «Aproximastes-vos do monte Sião, da cidade do Deus vivo»        | «Recebe-o, não já como escravo, mas como irmão muito querido»        | «Cristo veio salvar os pecadores»  | «Façam-se preces por todos os homens a Deus, que quer salvar todos os homens» |
| Evangelho   | Lc 12, 32-48  | Lc 12, 49-53   | Lc 1,39-56                                       | Lc 13, 22-30  | Lc 14, 1.7-14   | Lc 14, 25-33   | Lc 15, 1-32  | Lc 16, 1-13   |
|   | «Estai vós também preparados»   | «Não vim trazer a paz, mas a desunião»                         | «Magnificat»                                     | «Hão-de vir do Oriente e do Ocidente e sentar-se à mesa no reino de Deus» | «Quem se exalta será humilhado e quem se humilha será exaltado» | «Quem não renunciar a todos os seus bens não pode ser meu discípulo» | «Haverá alegria entre os Anjos de Deus por um só pecador que se arrependa» | «Não podeis servir a Deus e ao dinheiro»                                      |

# Serviço Pastoral e Litúrgico de Agosto/Setembro

## MISSA DOMINICAL

### SÁBADO (Missa Vespertina)

|       |  |
|-------|--|
| 16H30 | Igreja Galamares #                         |
| 16H30 | Igreja Manique de Cima: em Agosto não há # |
| 18H00 | Igreja S. Pedro                            |
| 18H30 | Linhó (Convento das Irmãs Doroteias)       |
| 19H00 | Igreja de S. Miguel                        |

### DOMINGO

|       |  |
|-------|--|
| 09H00 | Igreja S. Mamede de Janas #                      |
| 09H00 | Capela Abrunheira                                |
| 10H00 | Igreja S. Martinho (rito bizantino / Ucrainiano) |
| 10H15 | Igreja Lourel #                                  |
| 10H15 | Capela da Várzea (Bairro da CHESMAS) #           |
| 10H15 | Igreja S. Pedro                                  |
| 11H30 | Igreja S. Miguel                                 |
| 12H00 | Linhó (Irmãs Doroteias) exceto dia 25 Agosto     |
| 12H00 | Ramalhão (Convento das Irmãs                     |
| 17H00 | Monte Santos (Mosteiro das Irmãs Clarissas)      |
| 19H15 | Igreja S. Martinho                               |

# As comunidades assinaladas com # em Setembro poderão ter Eucaristia Dominical alternada com Celebração Dominical na ausência do presbítero

## MISSA FERIAL \*

|       | 2ª Feira           | 3ª Feira       | 4ª Feira                           | 5ª Feira        | 6ª Feira        | Sábado       |
|-------|--------------------|----------------|------------------------------------|-----------------|-----------------|--------------|
| 09H00 |                    |                |                                    |                 | Igreja S.Miguel | Monte Santos |
| 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.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.

## AGOSTO

### Dia 3 – Sábado da semana XVII

Em Agosto não há Missa em Manique de Cima

### Dia 4 – Domingo XVIII do Tempo Comum

### Dia 6 – Terça-feira da semana XVIII

11.00h Missa no Lar de Galamares

### Dia 8 – Quinta-feira da semana XVIII

15.00h Cel. da Palavra no Lar Asas Tap

### Dia 10 – Sábado da semana XVIII

21.30h Reunião de pais e padrinhos, p/ batismos

### Dia 11 – Domingo XIX do Tempo Comum

### Dia 13 – Terça-feira da semana XIX

21.15h Terço dos Homens em Colares: c/ famílias

### Dia 14 – Quarta-feira da semana XIX

19.00h Missa vespertina da Assunção, em S. Miguel

### Dia 15 – Quinta-feira da semana XIX

#### Assunção de Nossa Senhora

09.00h Missa na Abrunheira  
10.15h Missa em S. Pedro, Várzea e Lourel  
11.30h Missa em S. Miguel  
12.00h Missa no Linhó e no Ramalhão  
15.00h Missa em Janas e Procissão  
16.30h Missa em Galamares  
19.15h Missa em São Martinho

### Dia 17 – Sábado da semana XIX

#### Dia de S. Mamede, padroeiro de Janas

15.30h MISSA em JANAS e bênção dos animais

### Dia 18 – Domingo XX do Tempo Comum

Não há Missa em Janas  
Início de Peregrinação à Polónia

### Dia 22 – Quinta-feira da semana XX

15.00h Missa no Lar Asas Tap

### Dia 24 – Sábado da semana XX

21.30h Reunião de pais e padrinhos, p/ batismos

### Dia 25 – Domingo XXI do Tempo Comum

#### Não há Missa no Linhó às 12h

15.30h Missa de Festa no Linhó e Procissão

17.00h Missa de Festa em Nafarros

## SETEMBRO

### Dia 1 – Domingo XXII do Tempo Comum

11.30h Missa de despedida do Pe. João, em S. Miguel

13.00h Almoço DESPEDIDA DO P. JOÃO

### Dia 5 – Quinta-feira da semana XXII

15.00h Missa no Lar Cerejeira

18.00h Atendimento: FAMÍLIAS COM VIDA

### Dia 6 – Sexta-feira da semana XXII

09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel

18.00h Expo. SSmo. em S. Pedro

### Dia 8 – Domingo XXIII do Tempo Comum

### Dia 11 – Quarta-feira da semana XXIII

21.30h Reunião do Secretariado da Catequese

### Dia 13 – Sexta-feira da semana XXIII

21.15h Terço dos Homens em S. Pedro

### Dia 14 – Sábado da semana XXIII

21.30h Reunião de pais e padrinhos, p/ batismos

### Dia 15 – Domingo XXIV do Tempo Comum

16.00h MISSA EM S. EUFÉMIA – Padroeira

### Dia 16 – Segunda-feira da semana XXIV

### Dia 17 – Terça-feira da semana XXIV

21.30h Recomeço formação p/ Sacram. Iniciação

### Dia 18 – Quarta-feira da semana XXIV

21.00h Reunião do Secretariado Permanente

### Dia 19 – Quinta-feira da semana XXIV

15.00h Missa no Lar do Oitão

### Dia 20 – Sexta-feira da semana XXIV

21.00h Início do CPM, em S. Miguel

### Dia 21 – Sábado da semana XXIV

09.00h CPM em S. Miguel

### Dia 22 – Domingo XXV do Tempo Comum

09.00h CPM em S. Miguel

### Dia 24 – Terça-feira da semana XXV

21.30h Formação p/ Sacramento de Iniciação

### Dia 26 – Quinta-feira da semana XXV

15.00h Missa no Lar Asas Tap

### Dia 27 – Sexta-feira da semana XXV

19.00h Abertura do recinto da Festa de São Miguel  
Jantar e Música ao vivo

### Dia 28 – Sábado da semana XXV

#### INÍCIO DA CATEQUESE: 28 e 29

15.30h Abertura do recinto da Festa de São Miguel

19h.00h Missa em São Miguel

Jantar e Música ao vivo

### Dia 29 – Domingo XXVI do Tempo Comum

#### 11.00h MISSA DA FESTA DE SÃO MIGUEL

12.00h PROCISSÃO EM HONRA DE SÃO MIGUEL

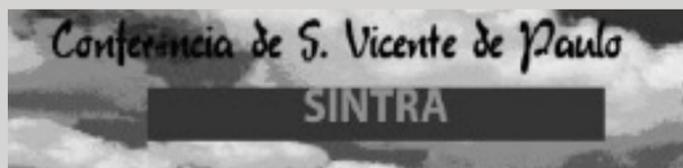
Almoço da Festa

## PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

12 Out: Confissões Catequese em S. Miguel, 10H30

19 Out: Vigília Missionária em S. Miguel

26 Out: Reunião de Pais dos catecúmenos a batizar na Páscoa



Concluimos neste número a divulgação de excertos da Conferência realizada no passado dia 11 de Maio e cujo orador foi o Bispo Emérito de Portalegre e Castelo Branco, D. Augusto César Alves Ferreira da Silva.

### Fraternidade à luz da Liturgia e da Espiritualidade Vicentina

#### 3 - À luz da Espiritualidade Vicentina

“Olhando para a Igreja numa linha de responsabilidade, de justiça e de paz solidária - muito ao jeito de S. Vicente de Paulo - procuremos criar uma síntese entre a fé e a vida. Com efeito, a fé ensina-nos a ser pobres com os pobres, à maneira de Jesus Cristo, a saber dar as mãos com sabor a fraternidade, no ambiente de trabalho e de missão.



É certo que, ser pobre com os pobres, não é coisa fácil. Mas olhando para Jesus Cristo, já se torna possível. Trata-se dum caminho de evangelização. Ora, S. Vicente parte sempre do essencial, à conta de Deus e procura ir ao encontro do próximo, a ir ao encontro da santidade, pelo caminho da simplicidade a sentir o deslumbramento Litúrgico, em ambiente de Sacramento (...). E daí, a vontade de ajudar quem precisa e de atrair, para a mesma missão, quem deseja ajudar também.

Finalmente, resta-nos perguntar: e o tempo de hoje permite-nos falar, assim, da 'fraternidade', voltada para a liturgia e para a espiritualidade Vicentina? Depende da força do carisma e da nossa convicção.

Pois, além de encararmos a corrente da moda e a ambição das ideologias, é preciso ter em conta o que se passa nesta Europa, em 'crise'. Dado que ela optou pela ausência de valores e pelo relativismo de convicções, e se tem fechado à vida. E o resultado está à vista: uma autonomia voluntarista e um Estado que se impõe como educador dos filhos, através dum modelo único, dispensando os pais da sua missão sagrada. Mas tanto a inspiração da fé como o valor fundamental da vida valorizam a escola da família e exigem uma colaboração respeitosa. Pois, só o caminho da esperança garante um futuro são, inteiramente aberto à fraternidade.

Assim, que Deus nos abençoe e que o testemunho da nossa fé contagie o ambiente e favoreça os que mais precisam.”

Rio de Mouro, 11 de Maio de 2019.

+ Augusto César

Aos benfeitores que nos ajudaram “a ajudar” os que mais precisam o agradecimento sincero pela generosidade que continuam a demonstrar. Bem hajam. Votos de umas férias retemperadoras para todos. Voltaremos em Setembro.



Poesia

## Amor

O amor, quando se revela,  
Não se sabe revelar.  
Sabe bem olhar p'ra ela,  
Mas não lhe sabe falar.

Quem quer dizer o que sente  
Não sabe o que há de dizer.  
Fala: parece que mente...  
Cala: parece esquecer...

Ah, mas se ela adivinhasse,  
Se pudesse ouvir o olhar,  
E se um olhar lhe bastasse  
P'ra saber que a estão a amar!

Mas quem sente muito, cala;  
Quem quer dizer quanto sente  
Fica sem alma nem fala,  
Fica só, inteiramente!

Mas se isto puder contar-lhe  
O que não lhe ousou contar,  
Já não terei que falar-lhe  
Porque lhe estou a falar...

(Fernando Pessoa)

## Padre João Inácio despede-se de Sintra

O Pe. João Fernando Bento Inácio, que está a colaborar com a Equipa Pastoral da UPS desde 17 de Janeiro de 2017, decidiu voltar à sua diocese de Benguela, em Angola.

A sua última celebração em Sintra será dia 1 de Setembro, às 11.30h, na igreja de São Miguel, seguindo-se um almoço convívio de despedida, organizado pelo nosso Grupo Janela. Quem desejar participar no almoço deve inscrever-se no Cartório.

O produto que resultar desse almoço será oferecido ao Pe. João, como sinal da nossa amizade.

O Pároco, o Vigário Paroquial e os três Diáconos agradecem ao Pe. João, em nome de toda a Comunidade, a sua prestimosa colaboração ao longo destes quase três anos.

Bem-haja nas novas funções pastorais que venha a assumir em Benguela!



## O que fazer em caso de incêndio florestal - Parte I



### Medidas de Autoproteção:

Aprenda e ensine as práticas de segurança contra incêndios;  
 Tenha sempre um meio para extinguir de imediato o início de um incêndio (extintor, mangueiras, enxada, pás);  
 Utilize materiais resistentes ao fogo na construção ou renovação das habitações;  
 Plante árvores que possam contribuir para a contenção mais fácil de um incêndio;  
 Crie uma zona de segurança, nunca inferior a 50 metros, entre a sua habitação e os materiais combustíveis;  
 Sempre que possível, deverá ser criada uma faixa pavimentada de 1 a 2 m de largura, circundando todo o edifício;  
 Armazene materiais combustíveis em zonas seguras e fora da sua habitação;  
 Tenha em atenção a localização das linhas elétricas em relação às copas das árvores;  
 Não se esqueça que as copas das árvores e dos arbustos deverão estar distanciadas no mínimo 5 metros da edificação e nunca se poderão projetar sobre o seu telhado;  
 Elabore planos de evacuação da sua casa pedindo a colaboração dos vizinhos;  
 Planeie a utilização de estradas alternativas para fugir das zonas de perigo.

### Tenha o seguinte equipamento de reserva:

Rádio e lanterna a pilhas;  
 Caixa de primeiros socorros;  
 Comida e bebidas em embalagens de conserva;  
 Sapatos fortes e isolantes do calor;  
 Na eventualidade da sua família ficar separada durante um incêndio elabore um plano para a reunir. Utilize um ponto de contacto entre os seus familiares e amigos.  
 Nunca deixe que um pequeno foco de incêndio cresça, no primeiro minuto qualquer fogo se apaga com um copo de água;  
 Nunca deixe crianças sozinhas em casa fechadas à chave;  
 Não deixe as crianças brincarem com fósforos ou isqueiros.

Fonte: Autoridade Nacional de Proteção Civil



## Campo de Férias

A realização do Campo de Férias 2019 do Distrito 1960, que teve lugar de 29 junho a 13 julho 2019 na região da Grande Lisboa, integrado nos Programas Rotários de Intercâmbios Internacionais de Jovens, foi um sucesso. Este evento foi organizado por 3 Clubes Rotários: Lisboa Norte, Sintra e Portela, que durante um ano trabalharam em equipa de forma determinada para concretizar este grande projeto distrital.

Participaram 11 jovens dos 18 aos 22 anos, representantes dos seguintes países e regiões: Bélgica, Croácia, Dinamarca, França, Itália, Índia, Holanda, República Checa, Roménia, Rússia e Taiwan. Os jovens ficaram na 1ª semana em casa de Famílias Rotárias dos Clubes Organizadores e ainda do Rotary Lisboa Oeste e do Rotary Lisboa Parque Nações. Na 2ª semana estiveram juntos num espaço exclusivo para o Campo de Férias em Almoçageme.

O tema central do Campo de Férias foi a celebração dos "500 anos da viagem de circunavegação de Fernão de Magalhães", com um programa variado, com momentos de lazer, cultura, música, visitas profissionais e eventos rotários, tendo sido muito importante também o envolvimento com as comunidades locais e as autarquias. Os jovens realçaram a excelência desta experiência para a sua vida, levando de Portugal e do Rotary uma imagem muito positiva. Foi um grupo que rapidamente se transformou numa verdadeira equipa de amigos e que contagiou os rotários que de perto conviveram durante estas intensas duas semanas. Cumpru-se Rotary com grande elevação e inspiração, ajudando por esta via a conectar o Mundo.

Saudações **ROTÁRIAS**

## 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](http://www.paroquias-sintra.pt)  
 Email: [sao.miguel@paroquias-sintra.pt](mailto: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](mailto:cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.pt)

### Impressão:

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

Tiragem deste número:  
 2000 ex emplaces

## Santos do mês

Vitor Cabrita

### São Mamede

Nasceu por volta do ano 259 em Cesária - hoje, cidade de Kayseri, na Turquia - à época sob o poder do imperador romano Aureliano. O pai, Theodotus, esteve preso por professar o cristianismo, e a mãe, Rufina, passou a gravidez sozinha, nascendo Mamede numa das visitas que ela conseguiu fazer ao marido. Cedo ficou órfão, porque os pais foram mortos às ordens do imperador, por recusarem abandonar a fé cristã. Foi adotado por Ammia, uma senhora abastada da cidade, que veio a morrer também, ficando assim sozinho por volta dos quinze anos.

Aí começa ele também a ser perseguido pelo imperador, que lhe impunha torturas para que renunciasse ao cristianismo. Numa dessas torturas, diz-se que lhe apareceu um anjo, que o libertou e mandou caminhar para as montanhas de Cesária. Durante o caminho, foi surpreendido por leões, mas rezou a Deus e os ferozes leões tornaram-se mansos como gatos e acompanharam-no durante o resto do caminho. Ao chegar, visitou o duque Alexandre que, ao vê-lo acompanhado por um leão domesticado, o acusou de práticas do mal. Torturou-o e com um tridente e perfurou-lhe o estômago. Mamede arrastou-se até ao cimo da montanha, assim ferido, rezando a Deus, que o aliviou das feridas e do sofrimento, mas disse-lhe que era chegada a hora de entrar para o Reino dos Céus, e assim "partiu", por volta do ano 275.

No Séc. VIII, as suas relíquias foram trasladadas para a catedral de Langres, em França. É, por isso, padroeiro dessa cidade e a sua fama levou a que se tornasse também protetor dos doentes com doenças de ossos e grande amigo e protetor dos animais.

A sua memória é celebrada por duas Igrejas: a 17 agosto pela Igreja Católica, e a 2 de setembro pela Igreja Ortodoxa.

O seu heroico testemunho de fé é motivo de reflexão até aos dias de hoje. Em Sintra,



temos uma igreja histórica, a ele dedicada, em Janas, com a Missa de Festa no dia 17 de Agosto, seguida da tradicional bênção dos animais. ■

## Unidade Pastoral de Sintra 2019 -2020

# CATEQUESE

**INSCRIÇÕES ABERTAS**

Início da Catequese a 28-29 de Setembro  
Inscrições até 22 de Setembro

Todos devem fazer a inscrição para o próximo ano de catequese.

Os pais devem assinar a ficha de inscrição (pré-preenchida para os que já frequentam) e fazer a oferta para o seguro e outras despesas da Catequese.

## 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.



Na anterior fotografia publicada era do brasão de D. Carlota Joaquina de Bourbon, pintado no teto da capela-mor das Irmãs Dominicanas, no Ramalhão.



**Francisco Proença**  
919 80 28 81

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



fproenca@remax.pt  
[www.remax.pt/fproenca](http://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](http://www.funerariaquintinoemoraes.pt) • E-mail: [quintinoemoraes@mail.telepac.pt](mailto:quintinoemoraes@mail.telepac.pt)