



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta



Fevereiro 2020

Edição nº 177- Ano XVIII
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



Semana da Caridade
9 a 16 Fevereiro
Vigarraria de Sintra | Pastoral Social e Saúde



Ter um Coração que Vê

Festa da Catequese

Página 3



Viagem à Rússia

Página 3



Retiro Quaresmal

Página 5



Consultório Médico

Página 14



Histórias de Vida:
Odete Valente

Página 10





Editorial

José Pedro Salema

Caridade!

A minha experiência religiosa cristã, a partir do testemunho e seguimento de Jesus Cristo que a Igreja Católica me ajuda a acompanhar, faz com que eu possa olhar para as pessoas de um modo especial. E na minha busca constante à procura de Deus, com a minha experiência de fé, tenho a resposta que Ele não se cansa de me apresentar: eu, como todos os Homens, vimos de Deus, e fomos criados por Deus para entrar numa relação de intimidade com Ele.

Este mês, na semana de 9 a 16, esta mesma Igreja, através da Vigararia de Sintra convida-nos a refletir sobre a Caridade, a "Ter um coração que vê".

É lindo o Hino à caridade que São Paulo nos deixou escrito (1Coríntios 12,31 - 13,13), para "aspirarmos aos dons mais altos, indicando um caminho que ultrapassa a todos". Recorda-nos esse hino que o importante não é o que damos, mas se o fazemos com amor, o verdadeiro Amor, baseado na sinceridade e na humildade, no esquecimento de si mesmo, na vontade de servir, que queira o bem do próximo...pois é esta realmente a natureza de Deus!

Sinto caridade quando o meu coração "arde sem se ver", sempre que consigo olhar o outro com os olhos de Cristo, com o apoio do amor de Deus.

Nas minhas orações tenho um desejo ardente de alimentar esse amor, para que eu consiga dar um sentido genuíno à vida e abra o meu coração ao conhecimento espiritual do mistério de Deus e do amor de Cristo, que ultrapassa todo o entendimento. Sei que, se insistirmos na procura do amor de Deus, o nosso conhecimento imperfeito de Deus, e indireto, desaparecerá para dar lugar à visão de Deus face a face.

Quem me dera um dia conseguir dizer, como São Paulo: "Já não sou eu que vivo, mas é Cristo que vive em mim!"



Os Nossos Padres

Pe. Armindo Reis

A propósito do Domingo da Palavra de Deus – A BÍBLIA

A Bíblia é o livro mais vezes publicado em todo o mundo e traduzido para mais línguas.

Bíblia significa "livros". A Bíblia não é um livro, é uma biblioteca de 73 livros (46 AT+ 27 NT), escritos em hebraico e em grego, e alguma coisa em aramaico. A maior parte das bíblias antigas que hoje existem são do séc. IV, mas no século XX foram encontrados textos bíblicos enterrados no deserto do Mar Morto há mais de 2000 anos, que permitiram verificar que os textos do séc. IV eram muito fiéis aos originais.

Os livros foram escritos ao longo de 1000 anos, sendo provavelmente alguns Salmos os textos mais antigos.

O Antigo Testamento tem a Lei (Pentateuco), os livros históricos, os livros proféticos e os livros sapienciais. O Novo Testamento tem os 4 Evangelhos, os Livros dos Atos dos Apóstolos, as cartas de São Paulo, São Pedro e São João e o Apocalipse.

Os livros foram escritos por mão humana, mas inspirados por Deus, por isso se dizem Palavra de Deus.

É preciso aprender a ler a

Bíblia! Não se lê do princípio ao fim, como se fosse um só livro, deve ler-se começando por um Evangelho e pelos Atos dos Apóstolos, partindo depois para livros do AT e cartas do NT.

As Bíblias Católicas têm notas explicativas que ajudam a perceber o contexto das frases e indicam outros textos paralelos, ou seja, que tratam do mesmo assunto. Por isso quando se quer saber o que diz a Bíblia sobre determinado tema, devem ler-se todos os textos paralelos. Chama-se a isso a perscrutação da Palavra de Deus.

A Bíblia pode ser lida numa perspectiva literária, histórica, filosófica ou moral, mas na verdade a leitura que nos interessa mesmo é a perspectiva da Fé.

Toda a Bíblia é uma leitura crente da história e da vida. Fala-nos do Deus único que Abraão descobre por volta do séc. XIX a. C. e que se vai revelando cada vez mais ao longo dos séculos, até se mostrar presente no meio de nós, fisicamente, em Jesus Cristo. Percebe-se que o Povo de Israel demorou tempo a perceber que Deus é sempre bom,

que não castiga, que não se vinga, mas é sempre misericordioso para conosco. É Jesus quem revela o rosto amoroso de Deus Pai e nos comunica a comunhão com Ele, pelo dom do Espírito Santo. A morte de Cristo na Cruz é o maior sinal do amor de Deus por nós e a vitória sobre a própria morte, na ressurreição.

Ao ler a Bíblia numa perspectiva crente, sentimos que Deus nos fala hoje ao coração, através daquelas palavras antigas. A Bíblia é sempre atual, porque nos fala da vida humana, que no essencial não mudou muito nos últimos 3000 anos. Continuamos a nascer e a morrer, a procurar a felicidade e a enfrentar muitos problemas que nos tornam infelizes, continuamos a zangar-nos e a perdoar-nos, continuamos a fazer bem e a fazer mal. A Palavra de Deus ilumina a nossa consciência, ajuda-nos a orientar a nossa vida pelo caminho melhor, que vale verdadeiramente a pena, que leva à Ressurreição e à vida eterna!

Que todos procuremos conhecer melhor a Palavra de Deus e deixar-nos orientar por ela!



A Melhor Parte

Diác. Vasco Avillez

A Palavra

Aproxima-se a passos largos o dia 22 de Fevereiro, data na qual, mais um casal, desta vez daqui do Linhó, celebra as suas Bodas de Ouro!

Muitos podem pensar que isso não é nada de especial... mas os mais cuidadosos verão neste gesto muitas outras coisas importantes: desde logo o quererem celebrar este dia em que completam cinquenta anos de casados! Vejam a coragem que é preciso ter e o cuidado em manter durante cinquenta anos uma relação íntima, completa, fiel, compensadora e equilibrada, senão já se teriam despedido um do outro e procurado um outro "parceiro" como agora se diz, para facilitar as coisas.

Muitos destes casais quando falamos com eles têm

e mostram uma alegria enorme em atingir este marco e esperam que Deus lhes dê saúde e juízo para continuar, até mais à frente, porque têm uma tarefa em comum que é a salvação um do outro ou seja a procura constante da felicidade um do outro! Não é nada raro que estes casais, neste caso os casados em 1970 que menciono acima, tenham um passado de escreverem cartas um ao outro! Ou porque moravam longe ou porque o Homem estava na «tropa» ou simplesmente porque gostavam, escreviam cartas que servem para transportar uma mensagem e servem para serem lidas muitas vezes pela vida fora, anunciando, de cada vez que se leem a tal mensagem que nos enche o

coração! Estamos de roda da Palavra!

Na nossa Fé católica a importância da Palavra é tal que temos desde há pouco tempo instituído um Domingo só para nos lembrar da importância da Palavra. Neste ano será no dia 26 de Janeiro. Mas não é por haver esse dia que nós temos de ler e reler a Palavra de Deus. Não, temos de o fazer para aprofundar a nossa Fé e para sabermos mais sobre o que Deus espera de nós e para sabermos mais sobre como devemos agir e pensar em muitas ocasiões.

No Linhó temos concretamente um grupo que todos os 15 dias se debruça sobre a Palavra de Deus e debate e pergunta e se esclarece sempre na ideia de acertar o rumo

com aquele que Deus nos traçou, e que temos de saber qual é!

Parce e difícil? É tão difícil como para estes casais que fazem cinquenta anos de casa-

dos ou sejam as «Bodas de Ouro» manterem viva e forte a "chama" da relação do casal. Requer trabalho! Nada se faz sem trabalho e sem dedicação e é isto mesmo que estes casais nos ensinam: É possível e é uma riqueza e uma realização manter e enriquecer a vida a dois e, ao fim de tantos anos, poderem dizer um ao outro: Parabéns e



obrigado!

O nosso Cardeal Patriarca, cada ano, na Festa da Família - que este ano será em Óbidos - festeja e abençoa os casais que celebram estas datas especiais dos 15; dos 25 e dos 50 anos de casados ou mais, justamente para nos dizer que este é o caminho!

Catequese em Festa

Rita Gôja

Porque o Natal é dos cristãos, uma época especial, do advento à Epifania é tempo de retiro, reflexão, de abrir os nossos corações a Deus, tempo de beber de Jesus para nos fortalecermos, crescermos e iniciarmos o ano com vontade de fazermos e sermos melhores. O nosso Natal é mais que um dia, mais que um jantar, mais que uma troca de prendas, é uma oportunidade de reconciliação connosco e com Deus, uma época de aprendizagem, de atenção ao próximo, de oração e reflexão. E na noite especial, Jesus nasce, enche as nossas almas, mata a nossa sede. Um beijinho especial e a noite torna-se mágica.

O nosso Natal termina com a Epifania, noite em que Jesus se revela aos Magos, noite em que Deus se revela ao Mundo enquanto Homem.

Não podia o Natal termi-

nar sem que a catequese pudesse celebrar o nascimento de Jesus, sem que houvesse oportunidade de rezarmos juntos, de agradecermos a Deus a sua vinda e de expressarmos a nossa gratidão.

No sábado 4 de Janeiro, a festa foi grande, no salão paroquial de S. Miguel estivemos juntos todos os centros de catequese da UPS: Varzea, Lourel, S. Miguel, S. Pedro, Linhó e Abrunheira, dos mais novos aos mais velhos, pais, irmãos, avós, tios e amigos. Presente esteve quem quis, porque à nossa festa todos foram bem vindos.

A cada centro foi dada a oportunidade de se expressar em palco, Jesus foi o centro, e as apresentações em sua honra: teatro, música, sombras chinesas, foram uma bela apresentação sobre o Natal; oração, anedotas, boa disposição, alegria dedicação, lembranças e convívio, nada

faltou! A partilha foi o segredo da tarde!

A festa terminou com a Eucaristia, momento alto pelo encontro direto com Jesus, em que houve também oportunidade de mostrar a nossa preocupação com os mais necessitados. No presépio foram entregues os mealheiros solidários que os catequizados pouparam com o coração ao longo desta época, porque no Natal não pode faltar a nossa preocupação com o próximo, mandamente que Jesus nos dá para as nossas vidas.

Fica um agradecimento especial a todos os voluntários que possibilitaram esta festa, que dedicaram do seu tempo pessoal para proporcionar um bom momento, mas acima de tudo fica um agradecimento especial a todos os catequizandos que de forma corajosa subiram ao palco para oferecer este presente especial a Jesus.



RÚSSIA DOS CZARES

7 DIAS

VISITANDO
MOSCOVO E SÃO PETERSBURGO



24 A 30 DE AGOSTO DE 2020

UNIDADE PASTORAL DE SINTRA
Acompanhados pelo Padre Armindo Reis

LUGARES
LIMITADOS
RESERVE JÁ O
SEU LUGAR

INSCRIÇÕES ATÉ 1 DE JUNHO DE 2020
INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
UNIDADE PASTORAL DE SINTRA
Telefone: 219 244 744 | E-mail: ups@paroquias-sintra.pt



SEMANA DA CARIDADE 9 a 16 de Fevereiro de 2020

VIGARARIA DE SINTRA - PASTORAL SOCIAL E SAÚDE



Ter um Coração que Vê

 Domingo - 09 Fev. - Rio de Mouro 15h00 - Confissões 15h30 - Eucaristia com Unção dos Doentes D. Joaquim Mendes	 Segunda - 10 Fev. - 21h30 Pastoral Social Terrugem José Manuel Pereira de Almeida	
 Terça - 11 Fev. - 21h30 Pastoral da Saúde Sintra Fernando Sampaio	 Quarta - 12 Fev. - 21h30 Pastoral Prisional Almargem Ricardo Jacinto / Idílio	 Quinta - 13 Fev. - 21h30 Cuidador Informal Aigueirã Pedro Cardoso
 Sexta - 14 Fev. - 21h30 Voluntariado Montelavar Susana Queiroga	 Sábado - 15 Fev. - 21h30 Saúde Mental Cacém Margarida Neto	 Domingo - 16 Fev. - 15h30 às 18h00 "Ter um Coração que Vê" Colares Alberto Mendes / Carlos Pinto

Cada paróquia terá a sua acção prática com a respectiva periferia identificada: "Idosos ou outras pessoas em situação de isolamento"

Nota: para o dia 9 de Fevereiro de 2020, é necessário fazer inscrição dos doentes na Paróquia de origem.

Semana da Caridade
Ter um coração que vê

Conferência sobre
a Pastoral da Saúde

Igreja de São Miguel de Sintra • 11 de Fev. às 21:30

Padre Fernando Sampaio
Coordenador dos capelães hospitalares




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).

Kyrie – Palavra grega, significa «Senhor». Aplica-se a Cristo. Na celebração da Eucaristia permaneceram em grego as invocações do rito penitencial atual: Kyrie, eleison. Christe, eleison - Senhor, tende piedade. Cristo, tende piedade.

Ladainhas – Forma de oração que consiste num enunciado e numa resposta repetitiva. As ladainhas mais conhecidas são: a Ladainha dos Santos (rezam-se na Vigília pascal e em determinados sacramentos), a Ladainha Lauretana (em honra da

Virgem Maria), a Ladainha do Sagrado Coração de Jesus, a Ladainha de S. José. Existem ladainhas mais breves, como a oração penitencial nos ritos iniciais da celebração, ou a súplica antes da comunhão: Cordeiro de Deus...».

Leigos – Palavra grega que significa «pessoa que pertence ao povo». Na liturgia, o povo são os fiéis cristãos que pelo Batismo e a Confirmação compõem a comunidade cristã. Desta comunidade de fiéis ou leigos, uns recebem a vocação especial para a vida religiosa, outros para o mi-

nistério ordenado, formando todos juntos o povo de Deus.

Lâmpada – Vela ou luz que se usa na liturgia. Junto do sacrário coloca-se uma lâmpada que indica e honra a presença de Cristo.

Latria – Atitude que expressa «admiração e adoração a Deus» como ser supremo e pessoal absoluto.

Laudes – Do latim, laus, «elogio, louvor», no plural, louvores. Parte da Liturgia das Horas que se celebra pela manhã. A finalidade das

Laudes é santificar a manhã e celebram-se com a primeira luz do dia em memória da ressurreição de Jesus Cristo. O primeiro salmo é matutino, o último é de louvor. O segundo é um cântico do Antigo Testamento. Depois da leitura breve, recita-se ou canta-se sempre o Benedictus. As Laudes da manhã juntamente com as Vésperas pela tarde, são o eixo à volta do qual gira a oração da Igreja.

Lavabo – Na liturgia a água tem um claro simbolismo de purificação interior: assim emprega-se no Batismo e

ABC da Liturgia

na celebração da Eucaristia, depois da apresentação dos dons.

Lava-pés – Gesto típico da celebração da Ceia do Senhor, na Quinta-feira Santa, indicando espírito de serviço.

Santa Jacinta Marto

Centenário da morte

Tríduo de Oração

20 fevereiro (5.^a feira)
Hospital D. Estefânia

15h00 – Conferência
16h30 – Missa,
preside D. Manuel Clemente,
Cardeal-Patriarca de Lisboa

21 fevereiro (6.^a feira)
Igreja dos Anjos

17h30 – Oração do Rosário
18h30 – Missa

22 fevereiro (sábado)
Estrela

14h00 – Visita ao quarto onde esteve Santa Jacinta,
Mosteiro das Irmãs Clarissas (Rua da Estrela, 17)
15h30 – Oração do Rosário na Capela dos Milagres
16h30 – Missa na Basílica da Estrela,
preside D. Manuel Clemente,
Cardeal-Patriarca de Lisboa



recenseamento Agrícola 2019

DE OUTUBRO 2019 A MAIO 2020

O INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA INFORMA QUE ESTÁ A REALIZAR O RECENSEAMENTO AGRÍCOLA, EM TODO O TERRITÓRIO NACIONAL.


Os dados são recolhidos por entrevistadores devidamente identificados.

SENHOR/A AGRICULTOR/A,
CONHECIMENTO RIGOROSO É ESSENCIAL PARA DESENVOLVER A AGRICULTURA.
SE RECEBER A VISITA DOS NOSSOS ENTREVISTADORES, PARTICIPE.

PARA ESCLARECIMENTOS:

 INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA
ESTATÍSTICA PORTUGAL
Tel. 800 10 2019 | E-mail: ra2019@ine.pt

 SREA
Estadística da Agricultura
Tel. 800 10 2019 | E-mail: ra2019.srea@ine.pt

 DREM
Tel. 800 200 262 | E-mail: ra2019.drem@ine.pt

A resposta é obrigatória e é confidencial (Lei 22/2008, de 13 de Maio). As informações individuais constituem segredo estatístico para todos os profissionais envolvidos.

www.ine.pt

MAFEP
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

Sinalização de Emergência
Extinção Automática
Deteção de Incêndio
Extintores

www.mafep.pt





Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Cataratas

A Catarata corresponde a uma opacidade, uma névoa, que se forma na lente do olho, o cristalino, e que dificulta a visão e a passagem da luz. O cristalino é uma estrutura do olho responsável pela focagem das imagens e, como o nome sugere, é transparente. As cataratas provocam uma perda progressiva e indolor da visão. Pode afectar um ou ambos os olhos, pode evoluir em ritmos diferentes em cada um deles e não se transmite de um olho para o outro, dado que não é uma doença contagiosa. É uma das principais causas de cegueira do mundo.

Causas

Na maioria dos casos a catarata surge em pessoas acima dos sessenta anos, e,

nestes casos, decorre do natural envelhecimento do organismo, mas a causa concreta é desconhecida. Existem, no entanto, outros factores que podem contribuir para o seu desenvolvimento, como a exposição prolongada aos raios ultra-violeta, (sol), diabetes, radioterapia, excesso do consumo de álcool e tabaco, traumatismos oculares, alguns medicamentos e algumas doenças inflamatórias oculares. Em Portugal estima-se que cerca de 170 mil pessoas sofram de cataratas e que 6 em cada dez com mais de sessenta anos apresentem sinais desta doença.

Sintomas

A manifestação principal é uma redução gradual da visão, tanto para perto como

para longe. Como o cristalino vai mudando de cor ao longo do processo degenerativo, tornando-se mais amarelo ou acastanhado, a visão vai adquirindo uma tonalidade diferente tornando-se difícil, por vezes a interpretação de algumas cores. A diminuição da visão nocturna, a visão dupla ou a necessidade frequente de mudar de lentes são outros sinais ou sintomas.

Diagnóstico

Numa consulta de rotina oftalmológica é possível e fácil para o médico observar directamente o cristalino. Assim, avaliando a acuidade visual permitirá quantificar o grau de incapacidade que a catarata está a causar, factor importante para equacionar a futura intervenção cirúrgica.



Tratamento

Nas fases iniciais, uma mudança de lentes, ou lentes anti-reflexo, uma melhor iluminação geral, podem ajudar um pouco a diminuir os sintomas. Contudo, o único tratamento definitivo é a cirurgia, na qual a catarata é removida e substituída por uma lente artificial. É realizada através da emulsificação do cristalino, por um ponteiro ultrassónico (faco-emulsificação) isto é, há uma microfragmentação e aspiração do núcleo do cristalino e, após retirados todos os elementos do cristalino, é implantada uma lente

intra-ocular no seu lugar, mais propriamente no saco capsular. Tecnologias inovadoras com laser estão a ser implementadas, reduzindo o processo inflamatório intra-ocular.

Como em qualquer cirurgia, o tratamento cirúrgico desta doença, embora muito seguro, hoje em dia, tem os seus riscos que devem ser considerados. A operação faz-se em regime ambulatorio, ou seja, sem internamento e o olho operado não leva pontos de sutura. A recuperação é bastante rápida e, por norma, plenamente atingida no prazo de 24 horas. ■

Alerta! CNE

O meu nome é Pedro Ribeiro e tenho 9 anos, sou escuteiro há 3 anos.

Este ano fui escolhido para ser Guia, tenho que dizer que tive e ainda tenho alguns receios, mas a verdade é que me fui tomando mais responsável, e sei que ainda tenho muito para aprender.

Desde que sou escuteiro aprendi que devo estar sempre disponível para ouvir, pensar no meu semelhante e ser verdadeiro. Gosto de trabalhar em equipa, mas o que mais gosto é de ajudar os pata-tenras e os lobitos do meu bando, quero que sejam melhores do que eu.

O importante é ser feliz e gostar do que fazemos.

(Texto do Guia de Bando Branco)

Para melhor podermos compreender as palavras deste lobito, apresentamos algumas frases do nosso fundador, que nos leva a refletir sobre esta idade, seguindo o seu texto:

fui escolhido para ser Guia – “Deve dar-se-lhes (aos Guias e Subguias de Bando) a responsabilidade real de dirigir e de ensinar, sob a supervisão

direta do Chefe. Um Guia de Bando não é um «Guia de Patrulha mais novo» e não deve ser considerado capaz de tomar conta do seu Bando ou de o instruir.” (B.P.)

me fui tornando mais responsável – “O segredo da obtenção de bons resultados no desenvolvimento do carácter e do sentido das responsabilidades do rapaz consiste em esperar muito dele e de lhe confiar responsabilidades. Mas não entendo por isto ensiná-lo a nadar, atirando-o para dentro de água num sítio fundo e esperar que ele seja capaz de o fazer sem correr perigo. Como primeiro passo, devemos desenvolver nele a confiança nas suas próprias capacidades,

ensinando-o e mostrando-lhe, através do nosso próprio exemplo, como nadar.” (B.P.)

o que mais gosto é de ajudar os pata-tenras – “O Escutismo é um jogo de rapazes, sob a direção de rapazes, em que os irmãos mais velhos podem oferecer aos mais novos um ambiente saudável e encorajá-los a praticar atividades saudáveis, que os ajudarão a desenvolver o civismo.” (B.P.)

importante é ser feliz – “O grande princípio a seguir quando se lida com uma Alcateia de Lobitos, princípio esse que permite atrair as crianças e corrigir os seus defeitos, é fazer deles uma família feliz - não apenas uma família, mas uma família feliz.” (B.P.) ■



Retiro Quaresmal Unidade Pastoral de Sintra

Orientado pelo Cónº Nuno Isidro Cordeiro

Vigário Geral do Patriarcado
e Diretor Espiritual do Seminário dos Olivais



01 de Março de 2020 das 9:30 às 17:00
na igreja de São Miguel de Sintra (com Missa)

12€ adultos / 6€ jovens (inclui almoço)



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



Homenagem ao Profissional do ano

Em 13 janeiro, mês dedicado pelo Rotary aos Serviços Profissionais, o Rotary Club de Sintra, decidiu homenagear o Profissional do Ano e atribuir-lhe o inerente galardão.

O Club tem entendido que, ao outorgar este reconhecimento público, a individualidade agraçada deverá satisfazer duas condições basilares: - por um lado, dignificar a Profissão que exerce, pautando o seu exercício por elevados padrões de ética, por outro, desenvolver na Comunidade em que se insere, ações ou projetos, em consonância com o ideal rotário, em prol dos mais desfavorecidos e mais necessitados, visando elevar os seus padrões de vida. Dito de outra forma, a escolha deverá recair em alguém que seja reconhecido pelas suas qualidades, trabalho, competência e mérito, na área em que exerce o seu labor ou onde habita e que, seja considerado como um exemplo a seguir.

Neste ano, o galardão foi o Sr. Eng. José Vicente Paulo, Diretor Executivo na Adega Regional de Colares e Presidente do Conselho de Administração da Cooperativa Agrícola de Sintra. O evento que congregou a presença de 48 pessoas, sócios representativos e esposas, membros do Rotaract, familiares do homenageado e colaboradores da Adega Regional de Colares e da Cooperativa Agrícola de Sintra, decorreu num ambiente de grande cordialidade, simpatia e alegria. Em suma, com a Homenagem ao Profissional do Ano o Rotary Club de Sintra teve o ensejo, não só de promover e divulgar a Missão, Objetivos, Atividades do Rotary e do Clube, mas igualmente concretizar uma ação no âmbito dos Serviços Profissionais.

40 ANOS
1979 2019

Rotary
Club de Sintra



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Maria da Conceição Affonseca

Num Boletim intitulado **“A Protecção”**, da **“Obra da Protecção às Raparigas”**, publicado em 1940... encontrei um texto que não passou de moda... e do qual transcrevo alguns parágrafos.
Como curiosidade, prefiro manter a grafia antiga.

Voar de-pressa! Voar alto!

« Na **“Viagem maravilhosa de Nil Holgersson”**, de Selma Lagerloff, um pato doméstico segue um bando de patos bravos numa viagem de emigração. Como não está habituado a tão longos vôos, começa a ficar para trás, cansado.

O chefe do bando, vendo-o desfalecer, diz-lhe: **“É mais fácil voar de-pressa que de vagar”**.

Num arranco de energia, o pato manso, procura regular o seu vôo pelo dos companheiros. Mas daí a pouco faltam-lhe de novo as forças.

- “O branco cai, o branco cai!” – exclamam os patos bravos.

- **“Digam-lhe que é mais fácil voar alto do que baixo”**, diz o Chefe do bando.

Num esforço corajoso o pato branco procura erguer-se à altura dos companheiros.

Mas em breve se sente tão esgotado que, desalentado, abandona-se e vai a cair!

- **“Aquêle que não pode seguir o bando, que volte para casa”**, diz o Chefe.

E então o desejo de vencer dá-lhe tais forças, que o pato manso consegue acompanhar o bando dos patos bravos até ao fim da viagem...

É mais fácil trabalhar activamente, num esforço enérgico e constante, do que moleza, arrastando o trabalho.

Isto, quer se trate de trabalho material, quer do trabalho da nossa própria santificação.

Quando nos ocupamos duma obra, desejando levá-la prontamente ao fim, as nossas energias multiplicam-se e o nosso interesse não diminue...

Na vida espiritual sucede o mesmo. Se não nos anima o desejo da perfeição, desejando ter asas para voar rapidamente, nunca conseguimos adiantar nada!

Vamos de-pressa! Apressemos-nos também na nossa vida espiritual.... Mas não esqueçamos também que **“É mais fácil voar alto que baixo”**.

Quer dizer: é mais fácil atingir o nosso fim tendo um ideal alto, do que conservando-nos numa vida mesquinha e rente ao chão.

Mais alto! Acima da terra, de nós-mesmos e das criaturas, tendo apenas em vista a Deus e a sua maior glória!.....

E se alguma vez nos sentirmos tão cansados que nos arraste a tentação do desalento, a tentação de nos abandonarmos e deixarmos cair, lembremo-nos que quem não tem coragem de lutar e morrer no seu pôsto, não é digno de seguir Cristo! »

*Foi seguindo estes princípios que a **Obra da Protecção**, fundada em 1914, ainda existe e se chama*

ASSOCIAÇÃO CATÓLICA INTERNACIONAL AO SERVIÇO DA JUVENTUDE FEMININA.



Gota a Gota-Grupo de Ação Social

Artigos doados em janeiro 2020

Artigos	Quant.	Artigos	Quant.
Fraldas Nº2 (Dodot)	3	Farinha Láctea (Cerelec)	15
Fraldas Nº3 (Continente)	3	Flocos Cereais / Mel	53
Fraldas Nº5 (Dodot)	2	Cereais/Corn Flakes	30
Fraldas Nº5 (Continente)	14	Atum	14
Fraldas Nº6 (Continente)	6	Salsicha	11
Fraldas adultos S	2	Tomate	5
Toalhitas	24	Cogumelos	2
Oleo Jonhsom	1	Massa	4
Gel Banho	4	Esparguete	4
Shampoo+Gel	1	Arroz	4
Shampoo	6	Grão e Feijão	4
Dentifrico	4	Azeite	4
Desodorizante	4	Oleo	6
Papel Higiénico	4	Leite 1/2 Gordo (200ml)	12
Detergente loiça	4	Leite c/chocolate (200ml)	12
Flora	1	Leite UHT Meio Gordo	432
Bolacha Maria/Torrada	10	Açúcar	4
Fruta Pack 4 boiões	3	Nescafé descafeinado	3
Lata Fruta	4	Chocolate em pó	1
		Café solúvel	1
Total de artigos doados:		721	

FÁBRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS

SAPA

Cant. 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. 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

Ensinamentos da Igreja

Pe. Jorge Doutor

Num tempo em que muita gente não se revê na Igreja Católica porque não a conhece ou não sabe bem o que ela é, ou deveria ser, será oportuno reler a Constituição Dogmática Lumen Gentium (1964), um dos documentos centrais do Concílio Vaticano II, de que vamos continuar a publicar aqui alguns parágrafos:

CAPÍTULO II - O POVO DE DEUS

A Nova Aliança com o novo Povo de Deus

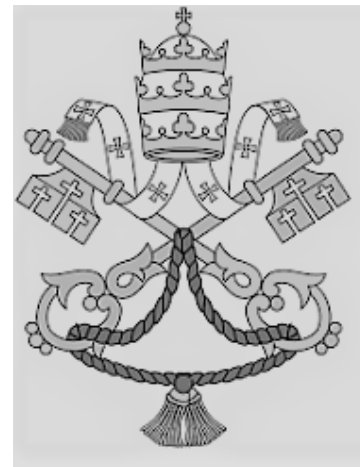
9. Em todos os tempos e em todas as nações foi agradável a Deus aquele que O teme e obra justamente (cfr. Act. 10,35). Contudo, aprovou a Deus salvar e santificar os homens, não individualmente, excluída qualquer ligação entre eles, mas constituindo-os

em povo que O conhecesse na verdade e O servisse santamente. Escolheu, por isso, a nação israelita para Seu povo. Com ele estabeleceu uma aliança; a ele instruiu gradualmente, manifestando-Se a Si mesmo e ao desígnio da própria vontade na sua história, e santificando-o para Si. Mas todas estas coisas aconteceram como preparação e figura da nova e perfeita Aliança que em Cristo havia de ser estabelecida e da revelação mais completa que seria transmitida pelo próprio Verbo de Deus feito carne. Eis que virão dias, diz o Senhor, em que estabelecerei com a casa de Israel e a casa de Judá uma nova aliança... Porei a minha lei nas suas entranhas e a escreverei nos seus corações e serei o seu Deus e eles serão o meu povo... Todos me conhecerão desde o mais pequeno ao maior, diz o Senhor (Jer.

31, 31-34). Esta nova aliança instituiu-a Cristo, o novo testamento no Seu sangue (cfr. 1 Cor. 11,25), chamando o Seu povo de entre os judeus e os gentios, para formar um todo, não segundo a carne mas no Espírito e tornar-se o Povo de Deus. Com efeito, os que crêem em Cristo, regenerados não pela força de germe corruptível mas incorruptível por meio da Palavra de Deus vivo (cfr. 1 Ped. 1,23), não pela virtude da carne, mas pela água e pelo Espírito Santo (cfr. Jo. 3, 5-6), são finalmente constituídos em «raça escolhida, sacerdócio real, nação santa, povo conquistado... que outrora não era povo, mas agora é povo de Deus» (1 Ped. 2, 9-10).

Este povo messiânico tem por cabeça Cristo, «o qual foi entregue por causa das nossas faltas e ressuscitado por

causa da nossa justificação» (Rom. 4,25) e, tendo agora alcançado um nome superior a todo o nome, reina glorioso nos céus. E condição deste povo a dignidade e a liberdade dos filhos de Deus, em cujos corações o Espírito Santo habita como num templo. A sua lei é o novo mandamento, o de amar assim como o próprio Cristo nos amou (cfr. Jo. 13,34). Por último, tem por fim o Reino de Deus, o qual, começado na terra pelo próprio Deus, se deve desenvolver até ser também por ele consumado no fim dos séculos, quando Cristo, nossa vida, aparecer (cfr. Col. 3,4) e «a própria criação for liberta do domínio da corrupção, para a liberdade da glória dos filhos de Deus» (Rom. 8,21). Por isso é que este povo messiânico, ainda que não abranja de facto todos os homens, e não poucas vezes apareça



como um pequeno rebanho, é, contudo, para todo o género humano o mais firme germe de unidade, de esperança e de salvação. Estabelecido por Cristo como comunhão de vida, de caridade e de verdade, é também por Ele assumido como instrumento de redenção universal e enviado a toda a parte como luz do mundo e sal da terra (cfr. Mt. 5, 13-16).

ÓRGÃO DE TUBOS HISTÓRICO DA VILA EM RESTAURO

Pe. Armindo Reis

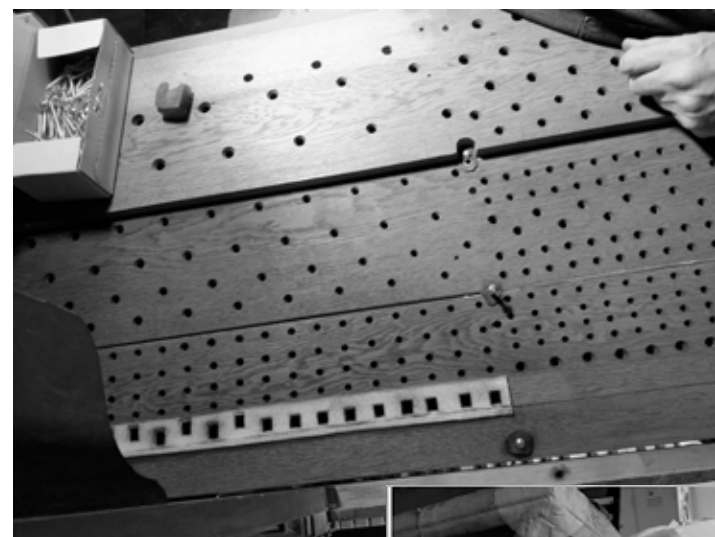
A Paróquia de São Martinho está a restaurar o órgão de tubos datado de 1776, de Joaquim António Peres Fontanes, que esperamos volte a soar como há 244 anos já na próxima Primavera.

A Paróquia de São Martinho está a restaurar o órgão de tubos datado de 1776, atribuído a Joaquim António Peres Fontanes, que depois de muito tempo silenciado, iremos voltar a escutar este ano.

A Oficina e Escola de Organaria, Lda, do Mestre Pedro Guimarães, está a concluir o restauro, com a montagem das peças restauradas e a começar a afinação dos tubos e intonação.

Este pequeno órgão possui 527 tubos, dos quais 21 são de madeira tapados, e tem uma sonoridade muito bela que enche por completo a igreja de São Martinho. As primeiras notas escutadas aquando da montagem dos primeiros tubos restaurados já deixam antever um magnífico instrumento musical que vem enriquecer culturalmente a Vila de Sintra.

Os paroquianos têm sido muito generosos nas ofertas para este restauro, pelo que



juntamente com a contribuição da Câmara Municipal, da Junta de Freguesia e da Comissão de Festas da Vila Velha, vamos concluir o restauro sem onerar a Paróquia que é tão limitada de recursos. A todos os que têm contribuído, deixamos desde já o nosso grande reconhecimento!

Em breve daremos notícias sobre a data de inauguração do órgão restaurado.



Fole do órgão restaurado



Jornal Cruz Alta "Um Raio de Luz"

Cruz Alta, construída a 529 metros de altura naquele que é o ponto mais alto da Serra de Sintra, naquele pico que permite vislumbrar as delícias da nossa terra, naquele lugar especial que quebra segredos e expõe a verdade ao mundo. Atingida por um raio, a Cruz Alta, foi quebrada em mais de mil pedaços a Outubro de 1997. Mesmo desaparecida esta Cruz é um marco no coração dos Sintrenses. Uma Cruz Alta com uma história de 500 anos já não é possível recuperar, mas uma réplica permite-nos usufruir do local e dar voz ao seu esplendor.

A Cruz, símbolo da vida, símbolo da nossa fé em Jesus, símbolo da nossa vontade de sorrir para o mundo e abraçar corações. Foi assim, com o intuito de elevar a nossa Cruz, que uma pequena equipa se reuniu, lutou contra muitas dificuldades, e mesmo após uma primeira tentativa falhada, não quebraram o entusiasmo e com muito esforço e dedicação nasceu, a 25 de Janeiro de 2003, o nosso tão querido "Jornal Cruz Alta". Em Fevereiro de 2003 foi lançada o primeiro exemplar, e presentemente já com 17 anos estamos a publicar a edição número 177.

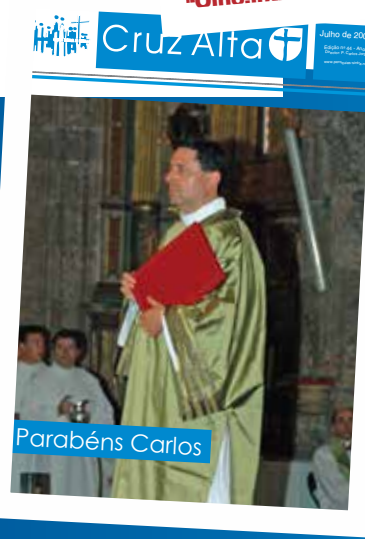
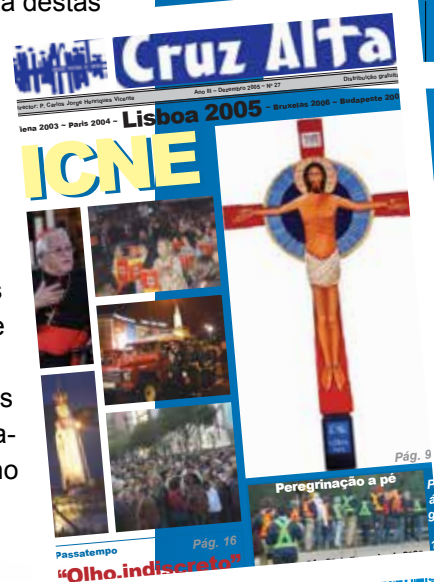
O Jornal é um espaço que apela à nossa missão evangelizadora enquanto Cristãos, e que embora católico e reflexo da nossa fé, abre portas e dedica também espaço à cultura, cinema, literatura, desporto, saúde, nutrição, religião, natureza, curiosidades, críticas, opiniões, histórias, desenhos, poemas, etc... O Jornal é um espaço de entrega e qualquer um é convidado a partilhar a sua história. Pretendemos abranger o maior número de temas que sejam atuais, verdadeiros, sempre de uma perspetiva positiva, sem denegrir, e garantir que Deus está sempre presente em cada mensagem. Para José Salema, (Colaborador do CA) o jornal é uma ferramenta de união e de comunicação entre todas as comunidades da UPS, é uma via para evangelizar, partilhar, contar e experienciar. O Padre Jorge (Colaborador do CA) refere que o jornal é também um ótimo meio para dar a conhecer a nossa UPS às pessoas que estão de fora, para construir pontes.

Uma equipa que vai sendo alterada com o tempo, entram colaboradores, saem, alguns momentos melhores, outros momentos piores, algumas edições mais fáceis, outras mais difíceis. Rita Carvalho (Colaboradora de CA) não esconde o sacrifício que é tirar horas ao sono para terminarmos o nosso Cruz Alta em tempo certo: "É uma entrega silenciosa por trás de cada artigo, texto ou página. Mas a maior recompensa é saber que em conjunto tornamos possível mais uma edição recheada de oportunidades a quem o quiser ler!". Pedro Martins (Colaborador do CA) revela a alegria e satisfação de pertencer à equipa e de contribuir para o jornal, que acredita, fortalecer um sentido maior de comunidade. Adérito Martins (Colaborador do CA) partilha a alegria que sente com a possibilidade de apóximar Jesus dos leitores. Para Graça Sousa (Colaboradora do CA) pertencer à equipa do jornal é uma missão: O Jornal é uma ferramenta de divulgação importante que nos permite estar mais próximos enquanto UP!". Mafalda Pedro (Colaboradora do CA) sente o carinho e a dedicação que é aplicado a cada edição e revela que o Cruz Alta é uma excelente forma de chegar ao próximo. O Padre Armindo (Diretor do CA) revela também a importância do Jornal para o futuro: "São já 17 anos, muito bem documentados, que contribuirão para contar a história destas paróquias!". Acrescenta ainda que o Cruz Alta, não seria possível sem a generosidade desta pequena equipa fantástica que é muito unida e eficaz: "São todos voluntários, dedicam vários serões por mês à redação do jornal, abdicam muitas vezes do seu bem-estar para assegurar informação de qualidade às nossas comunidades. Realço também a importância de todos os voluntários que colaboram mensalmente com textos, imagens ou outros conteúdos que preenchem o Cruz Alta. Apesar das dificuldades, todos os meses publicamos mais uma edição. O meu agradecimento a todos os que colaboram para que este projeto continue a ser possível!".

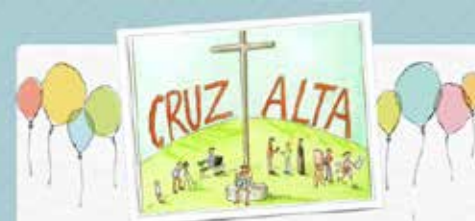
Convidamos todos os leitores e todos os grupos das paróquias a tornarem-se mais ativos na colaboração do jornal. Que sintam também esta nossa vontade de partilhar informação, de poder marcar uma presença nas histórias dos nossos irmãos através da leitura.

O Cruz Alta, um raio de luz na nossa comunidade, páginas mágicas que podem tornar-nos mais próximos uns dos outros, mais unidos enquanto UPS, mais presentes enquanto paroquianos, mais informados enquanto cidadãos, mais perto de Jesus enquanto cristãos. Um cantinho iluminado pela presença de Deus.

Rita Gôja



XVII Aniversário Cruz Alta



17 Anos
Parabéns Cruz Alta

"O nosso Cruz Alta é um jornal que fazemos com os olhos postos no céu mas sem perder a terra de vista".

Guilherme Duarte



O 17.º aniversário do nosso jornal, que decorreu no passado dia 25 de Janeiro, foi comemorado com a celebração da Eucaristia na Igreja de São Miguel, a que se seguiu um jantar no restaurante "Petiscaria da Casa", na Várzea, que contou com a participação dos elementos da direcção do jornal, e de alguns colaboradores que puderam e não quiseram deixar de estar presentes e vieram viver estes momentos de salutar e alegre convívio entre amigos.

A todos um grande bem-haja pela manifestação de amizade e por este agradável e bem disposto momento de encontro que todos proporcionaram.

Para o ano haverá mais...se Deus quiser!



todos os principais Acordos e Seguros de Saúde



CINTRAMÉDICA

PORTELA DE SINTRA

CONSULTAS E EXAMES

MEDICINA DENTÁRIA

SERVIÇOS DE SAÚDE

ANÁLISES CLÍNICAS

ENFERMAGEM

FISIOTERAPIA

faça a sua marcação online:
cintramedica.pt

21 910 00 80

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

HISTÓRIA DE VIDA: Odete Valente

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Odete Rebelo dos Santos Valente nasceu em Fevereiro de 1929, no Casal Amélia, junto à estação da Portela de Sintra. Estudou na Escola do Morais até ao 4º ano e fez a catequese na igreja de São Martinho, porque o caminho para a igreja de Santa Maria era muito isolado. O seu pai era enfermeiro de bordo, pelo que tinha longos períodos de ausência, e a mãe, que era doméstica, cuidava dos quatro filhos. Viveram também na Ribeira e mais tarde na Estefânia, por trás do cinema. A mãe faleceu nova, quando a Odete tinha 13 anos e o pai 16 meses depois. Ficaram en-

tão com os avós, mas a Odete foi viver para Colares com a família Fontes Pereira de Melo, para quem a sua mãe já tinha trabalhado, e ficou a trabalhar para eles até que as senhoras vieram, com o tio delas, viver para o Arrabalde de Sintra. Quando as senhoras faleceram, foi trabalhar para um dentista, o Dr. Aires Gouveia, no serviço de atendimento, onde esteve cerca de 10 anos. Depois foi trabalhar para o Centro de Saúde de Sintra, também no secretariado, até se reformar. Devido a este trabalho com o público, a Odete era conhecida por toda a gente em Sintra.

Nessa altura, ainda no tempo do Pe. João de Sousa, passou a frequentar novamente a igreja de São Martinho onde cantava no coro alto, com a Isabel Alvarez, a Rosarinho, a Ana Maria Triste, e outras, ensaiadas pelo Miguel d'Orey.

Quando se começou a trabalhar para a construção da igreja de São Miguel a Odete colaborou em tudo o que podia e depois de construída passou a fazer parte do coro desta igreja, a fazer leituras, cuidar das flores, tratar das toalhas do altar e outros serviços que lhe pediam. Também colaborou no grupo de teatro Manta de Retalhos,

de que gostava muito, lembrando sobretudo a peça "Jesus Cristo Superstar" que apresentaram no Centro Cultural Olga Cadaval. Tinha ainda uma colaboração regular com o nosso jornal Cruz Alta sobre horticultura que se chamava "De enxada na mão...". Fazia também parte da LIAM e representava-a no Conselho Pastoral. A falta de vista é que a levou a deixar estas atividades e depois a própria participação na Eucaristia, recebendo agora a Sagrada Comunhão em casa.

Já com os seus 90 anos, a Tia Odete continua a rezar o terço todos os dias e a rezar pela comuni-



dade cristã de que faz parte, apesar de não a poder frequentar.

OFERTAS AO MENINO JESUS



Presépio da Capela das Irmãs Clarissas de Monte Santos

Como é tradição nas nossas paróquias da UPS as ofertas que as pessoas dão no Natal, ao venerar a imagem do Menino Jesus, são destinadas aos mais carenciados da freguesia.

Este ano o valor apurado nas ofertas ao "Menino Jesus" em todos os centros rendeu 2152,18€ e foram entregues ao Grupo de Ação Social Gota a Gota.

Vencedores do logotipo e do hino da JMJ anunciados em fevereiro

O Comité Organizador Local (COL) da Jornada Mundial da Juventude Lisboa 2022 informou hoje que o anúncio dos vencedores do concurso para o hino e o logotipo vai acontecer em fevereiro de 2020. "Atendendo ao elevado número de candidaturas submetidas, o Comité Organizador Local (COL) da JMJ Lisboa 2022 informa que o anúncio dos vencedores dos concursos do hino e do logotipo será feito em fevereiro", lê-se no comunicado enviado à Agência ECCLESIA. O COL agradece "o empenho e a participação" dos candidatos, valorizando a o acolhimento que teve o concurso para a "criação da música e do logo da próxima Jornada Mundial da Juventude". Em 2022, a Jornada Mundial da Juventude vai decorrer em Lisboa e tem por tema "Maria levantou-se e partiu apres-



sadamente". Em outubro, o COL lançou o concurso para a imagem gráfica (logotipo) e o hino Jornada Mundial da Juventude (JMJ) em 2022. O concurso para o logotipo da JMJ 2022 foi dirigido a candidatos de todo o mundo e o hino a compositores e autores portugueses.

Na última semana, o Comité Organizador do Local (COL) da JMJ anunciou a realização de uma peregrinação de jovens a Roma para acolher os símbolos da Jornada Mundial da Juventude no dia 5 de abril de 2020, Domingo de Ramos.

Fonte: Ecclesia

CERTIFICADO

Sol sem Fronteiras certifica, neste documento, que as comunidades da:

Unidade Pastoral de Sintra

angariou **1226,55 €**, valor que reverte para o projeto:

"Inovação Educativa"

na cidade de Nampula, em Moçambique



O valor conseguido será aplicado em ampliar as infraestruturas da Escola Comunitária São João de Deus, frequentada por mais de 1500 alunos cada ano. Nomeadamente, para criar e equipar novas instalações, ampliar a oferta formativa, reforçar a formação continuada dos professores e ainda fortalecer o banco de bolsas.

Obrigado: juntos fazemos o Sol Nascer para Todos!

Um agradecimento muito especial ao pároco Armindo Reis e aos voluntários que estiveram presentes.

08/01/2020

A Presidente da Sol sem Fronteiras

Ana Sofia Leite

Ana Sofia Leite



ra IMAGEM E PUBLICIDADE



we love image

DESIGN GRÁFICO
COMUNICAÇÃO DIGITAL
BRANDING
PUBLICIDADE
WEB DESIGN
SOCIAL MEDIA

WWW.RADESIGN.COM.PT



CASA
Restaurante Petiscaria Bar

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

(Fecha à 3.ª feira)

Tel: 219 243 490



Para os mais pequenos

Boneca Vasconcelos

As gémeas

A chuva caía miudinha, peganhenta, continuada. O asfalto das ruas brilhava. Os carros, devagar, seguiam em filas longas pela avenida abaixo e acima, paravam quando os sinais se tornavam vermelhos, e retomavam a marcha quando o sinaleiro, de capacete branco, fazia de novo brilhar o sinal verde.

Dentro da sala quentinha, Mariana e Ana Maria, com os narizitos encostados à vidraça da janela, observavam o dia triste. As suas caritas estavam parecidas com o tempo e eram iguais e do mesmo tamanho. Elas eram gémeas. O que as distinguia uma da outra era apenas a cor do cabelo. Mariana tinha duas tranças grossas e loiras, Ana Maria também as tinha iguais, mas castanhas bem escuras. Onde estava uma, estava sempre a outra. Como todas as gémeas, eram inseparáveis.

Na sala de jantar, os pais conversavam, e era essa conversa séria e grave, que dava às duas irmãs uma cara igual mau dia de chuva.

Estava a decidir-se qualquer coisa que lhes dizia respeito e elas tinham medo do que ia decidir-se.

Sabiam que os pais iam para África e já há muito se resolvera que as duas ficariam com a avó, pois o sítio para onde os pais iam, tinha um clima muito mau e o médico achara melhor que elas não fossem.

Assim, durante os dois anos que os pais estariam longe, a casa da avó seria a casa delas. Era só atravessar a rua. Estavam tão habituadas àquela casa e a avó era tão amiga de ambas!

Mas agora tudo parecia mudado. A avó adoecera e fora levbada para uma clínica e o problema pôs-se: Que fazer da Mariana e da Ana Maria? Encostadas à janela, ouviam agora a mãe explicar com a sua voz doce:

- Olhem, filhinas, é só até a avó voltar para casa. O pai e eu vamos escolher um colégio onde vocês vão gostar muito de estar.

A cara desolada da Ana Maria mostrava bem que não lhe agradava nada a ideia. Era uma tímida e uma teimosa, mas por trás disso, que fundo bom, rico e valente havia nela! Era mais calada que a Mariana, gostava de estar em casa e faziam-lhe falta os mimos dos pais.

Mariana era mais alegre e exuberante e, embora sem dispensar a companhia da sua gémea, com facilidade se tornava amiga de todas as outras meninas da sua idade.

E, em poucos dias, tudo ficou resolvido.

Mariana e Ana Maria entravam para o colégio e, com os seus bibes novos de riscas, começaram uma vida nova também no meio de novas amigas. Eram do grupo das "côr de rosa"...

Mas as novas amigas eram só da Mariana e a calada da Ana Maria, que cada vez se tornava mais calada, todas as noites chorava, sozinha, na sua cama.

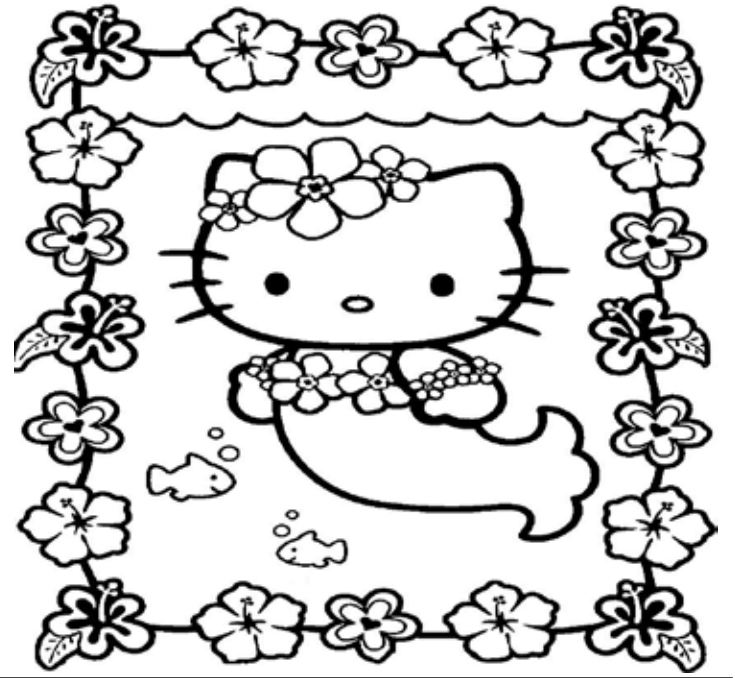
Prometera à mãe continuar a ser uma boa aluna e cumpria a promessa. Estudava com todas as forças e era a melhor da aula; mas, talvez até por isso, as outras não gostavam dela e, no pátio, nenhuma a vinha convidar para brincar...ninguém se ria para ela...e até a Mariana, que agora tinha tantas amigas, não lhe "ligava" nenhuma importância!

Por isso desferrava-se nas aulas e, mesmo na ginástica, era sempre a primeira!

As semanas e os meses iam passando. Chegaram as férias da Páscoa e, como a avó não estava melhor, as gémeas passariam as férias no colégio. *(Continua no próximo número)*



Imagem para colorir



Descobre as 7 Diferenças



Sudoku - puzzle

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

Sopa de Letras - Vestuário

Soutien, Casaco, Cuecas, Fato Banho, Camisa, Polo, Jardineiras, Vestido, Macacão, Cachecol, Calças, Gravata, Camisola, Calções, Saia.

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

Tudo é para o bem (Rom. 8,28)

Teresa Santiago

Os mandamentos aparecem exactamente como um bem, condição para a relação com Deus e base para o amor ao próximo (afirmava São João Paulo II).

Num seminário para casais perguntaram a uma das esposas: "Seu marido a faz feliz? Ele a faz feliz de verdade?"

O marido levantou o seu pescoço demonstrando total segurança; ele acreditava que sua esposa diria que sim, ela nunca reclamou de algo durante o casamento.

Sua esposa respondeu à pergunta com um sorriso "não", daqueles bem redondos: "não, o meu marido não me faz feliz!"

O marido ficou desconcertado, mas ela continuou:

"O meu marido nunca me fez feliz e não me faz feliz! Eu sou feliz!"

O facto de eu ser feliz ou não, não depende dele e sim de mim. Eu sou a única pessoa da qual depende a minha felicidade.

Eu determino que serei feliz em cada situação e em cada momento da minha vida, pois se a minha felicidade dependesse de alguma coisa ou circunstância sobre a face da terra, eu estaria com sérios problemas.

Tudo o que existe nesta vida muda constantemente: o ser humano, as riquezas, o meu corpo, o

clima, o meu chefe, os prazeres, os amigos, a minha saúde física e mental. E assim poderia citar uma lista interminável.

Eu preciso decidir ser feliz, independente de tudo o que existe! Hoje se a minha casa está vazia ou cheia: sou feliz! Vou sair acompanhada ou sozinha: sou feliz! O emprego é bem remunerado ou não, sou feliz.

Hoje sou casada, mas já era feliz quando estava solteira.

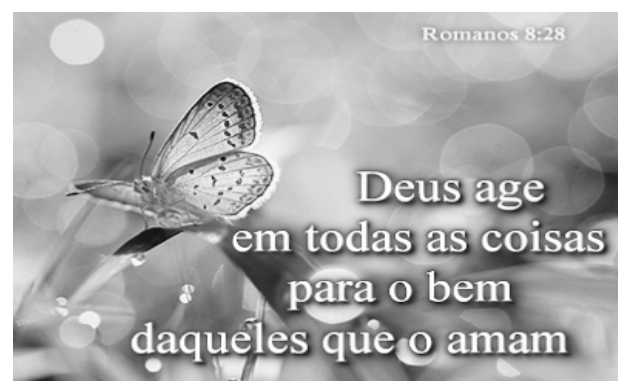
Sou feliz por mim mesma. As demais coisas, pessoas, momentos ou situações eu chamo experiências que podem ou não proporcionar momentos de alegria ou tristeza.

Quando alguém que eu amo morre sou uma pessoa feliz, num momento inevitável de tristeza.

Aprendo com as experiências passageiras e vivo as que são Eternas como Amar, Perdoar, Ajudar, Compreender, Aceitar, Consolar.

Há pessoas que dizem: hoje não sou feliz, estou doente, não tenho dinheiro, está muito calor ou muito frio, alguém me insultou, deixaram de me amar, meu marido não é como eu esperava, meus filhos não me fazem feliz, meus amigos não me fazem feliz, meu emprego é medíocre, etc.

Eu amo a vida que tenho, não porque seja mais fácil que a dos outros. Decidi ser feliz como pessoa e me responsabilizo por minha felicidade.



Quando tiro essa obrigação do meu marido e de qualquer outra pessoa, deixo-os livres de me carregarem nos seus ombros.

A vida de todos fica mais leve.

É dessa forma que consegui um casamento bem sucedido ao longo de tantos anos."

Nunca deixe na mão de ninguém uma responsabilidade tão grande quanto a de assumir e promover a sua felicidade: seja feliz, mesmo que faça calor, que esteja doente, que não tenha dinheiro, que alguém a faça sofrer, que não lhe dê o devido valor, ou que não a ame...

É uma atitude verdadeiramente altruísta de procura do bem comum, proporcionando felicidade para ser feliz, pois "a felicidade está mais em dar que receber"! (Act. 20,35)

Como diz São Paulo: "tudo é para o bem" (Rom. 8,28). Ao cristão esta certeza fá-lo encarar as contrariedades como aquilo que são: uma oportunidade para crescer. Crescer no amor de Deus e crescer no amor ao próximo.

Intenção do Papa

Fevereiro 2020



Intenção de oração universal – ESCUTAR OS GRITOS DOS MIGRANTES

Rezemos para que o clamor dos irmãos migrantes vítimas do tráfico criminoso seja escutado e considerado.



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 Telephone: 21 923 00 58

Calendário Litúrgico - Fevereiro 2020 - Ano A

	Dia 9	Dia 16	Dia 23	Dia 1/Mar.
	5.º DOM. T. Comum	6.º DOM. T. Comum	7.º DOM. T. Comum	1.º DOM. Quaresma
Leitura I	Is 58, 7-10	Sir 15, 16-21 (15-20)	Lev 19, 1-2.17-18	Gen 2, 7-9; 3, 1-7
	«A tua luz despontará como a aurora»	«Não mandou a ninguém fazer o mal»	«Amarás o teu próximo como a ti mesmo»	«A criação e o pecado dos nossos primeiros pais»
Salmo	111, 4-5.6-7.8a e 9	118, 1-2.4-5.17-18.33-34	102, 1-2.3-4.8.10.12-13	50, 3-4.5-6a.12-13.14.17
	«Para o homem recto nascerá uma luz no meio das trevas.»	«Ditoso o que anda na lei do Senhor.»	«Senhor, sois um Deus clemente e compassivo.»	«Pecámos, Senhor: tende compaixão de nós.»
Leitura II	1 Cor 2, 1-5	1 Cor 2, 6-10	1 Cor 3, 16-23	Rom 5, 12-19
	«Anunciei-vos o mistério de Cristo crucificado»	«Antes dos séculos Deus predestinou a sabedoria para a nossa glória»	«Tudo é vosso; vós sois de Cristo; Cristo é de Deus»	«Onde abundou o pecado, superabundou a graça»
Evangelho	Mt 5, 13-16	Mt 5, 17-37	Mt 5, 38-48	Mt 4, 1-11
	«Vós sois a luz do mundo»	«Foi dito aos antigos ... Eu, porém, digo-vos ...»	«Amai os vossos inimigos»	«Jesus jejuou durante quarenta dias e é tentado»

TEMPO COMUM



"O Tempo Comum propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspeto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos."

Serviço Pastoral e Litúrgico de Fevereiro

MISSA DOMINICAL

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

DOMINGO	
09H00	Igreja de S. Mamede de Janas
09H00	Capela da Abrunheira
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 (Capela das Irmãs Doroteias)
12H00	Ramalhão (Capela das Irmãs Dominicanas)
17H00	Monte Santos (Mosteiro das Irmãs Clarissas)
19H15	Igreja de S. Martinho

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 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 seaman III

16.30h Workshops para jovens, do Encontro Ecu-
ménico
20.00h Reunião p/ Sacramentos de Iniciação
21.00h Encontro Ecu-
ménico, Auditório do Olga Ca-
daval

Dia 2 – Domingo da Apresentação do Senhor

Dia do Consagrado

Dia 4 - Terça-feira – S. João de Brito

11.00h Missa no Lar de Galamares
21.00h Reunião da Direção do CNE
21.00h Oração com grupo carismático, em S. Miguel

Dia 5 – Quarta-feira – S. Águeda

21.30h Ultreia dos cursistas em Cascais

Dia 6 – Quinta-feira – SS. Paulo Miki e Compan- heiros

15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira
18.00h ACONSELHAMENTO FAMILIAR
21.00h Partilha da Palavra em S. Pedro
21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 7 – Sexta-feira – Cinco Chagas do Senhor

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

Dia 8 – Sábado da semana IV

Peregrinação da Catequese da Vigararia a Fátima
20.00h Reunião p/ Sacramentos de Iniciação
21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 9 – Domingo V do Tempo Comum

INÍCIO DA SEMANA DA CARIDADE

15.00h Confissões em Rio de Mouro
15.30h Missa c/ UNÇÃO DOS DOENTES: em Rio
de Mouro, Presidida por D. Joaquim Mendes

Dia 10 – Segunda-feira – S. Escolástica

21.30h "Past. Social": c/ P. Pereira de Almeida, na
Terrugem

Dia 11 – Terça-feira – N. Sra. de Lourdes

Dia Mundial do Doente

21.30h PASTORAL DA SAÚDE – c/ Pe.Fernando

Sampaio, em S. Miguel (Sala Card. Policarpo)

Dia 12 – Quarta-feira da semana V

21.30h Reunião do Secretariado da Catequese
21.30h "Pastoral Prisional" – c/ Pe. Ricardo Jacinto e
Idálio, em Almargem
21.30h Ultreia dos cursistas em Cascais

Dia 13– Quinta-feira da semana V

Aniversário P. Jorge Doutor
10.00h Reunião do Clero da Vigararia, na Aqualva
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 Colares
21.30h "Cuidador Informal" – c/ Pedro Cardoso, em
Algueirão

Dia 14 – Sexta-feira – S. Cirilo e S. Metódio

21.00h Início do CPM - no Salão de S. Miguel
21.15h Grupo de Jovens
21.30h "Voluntariado" – c/ Susana Queiroga, em
Montelavar

Dia 15 – Sábado da semana V

09.00h CPM na Sala Cardeal José Policarpo
20.00h Reunião p/ Sacramentos de Iniciação
21.30h "Saúde Mental" – c/ Margarida Neto, no Ca-
cém

Dia 16 – Domingo VI do Tempo Comum

09.00h CPM na Sala Cardeal José Policarpo
13.00h Almoço na capela da Abrunheira
15.30h "Ter um Coração que Vê" – c/ Alberto Mendes/
Carlos Pinto, em Colares

Dia 18 – Terça-feira – S. Teotónio

21.00h Oração com grupo carismático, em S. Miguel

Dia 19 – Quarta-feira da semana VI

21.00h Reunião Geral de Catequistas
21.30h Ultreia dos cursistas em Cascais

Dia 20 – Quinta-feira – Ss. Francisco e Jacinta

15.00h Missa no Lar do Oitão
18.00h ACONSELHAMENTO FAMILIAR
21.00h Partilha da Palavra em São Pedro
21.00h Reunião do Secr. Perm. do Cons. Pastoral

21.15h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 21 – Sexta-feira da semana VI

21.00h Velada de Armas do CNE, em S. Pedro
21.15h Grupo de jovens

Dia 22 – Sábado - Cadeira de S. Pedro – Dia de B.P.

Encontro de Acólitos do Linhó

Não há Catequese na UPS (mas há Eucaristia!)
19.00h Promessas do CNE, em S. Miguel
20.00h Reunião p/ Sacramentos de Iniciação
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismos
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos dos catecúme-
nos a batizar na Páscoa

Dia 23 – Domingo VII do Tempo Comum

12.30h ALMOÇO DA UPS (Janela) a favor do Lourel

Dia 25 – Terça-feira da semana VII - Entrudo

21.00h Expo. SSmo., c/ Gr. Carismático, S. Miguel

Dia 26 – 4ª feira de Cinzas – Jejum e abstinência

19.00h Missa das Cinzas, em São Miguel
21.30h Missas das Cinzas em São Pedro

Dia 27 – Quinta-feira depois das Cinzas

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 depois das Cinzas - Abstinên- cia

21.30h Oração dos jovens da Vigararia, em S. Miguel

Dia 29 – Sábado depois das Cinzas

19.00h Início dos Escrutínios dos Catecúmenos
20.00h Formação p/ Sacramentos da Iniciação
21.30h ORAÇÃO DOS JOVENS, na igreja de São
Miguel

PREVISTO PARA O PRÓXIMO MÊS:

1 Março: RETIRO da UPS (inscrição no Cartório)
8 Março: Encontro de Acólitos - na Terrugem (15h)
10 Março: Reunião de Vigararia sobre nova Evange-
lização com Padres e conselhos pastorais, em Rio
de Mouro



Notícias dos Vicentinos

Hermínia Dionísio (Presidente) - Rui Pereira (Tesoureiro)

A CONFERÊNCIA DE SÃO VICENTE DE PAULO EM 2019

A Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim (...) tem por fim servir os pobres e os mais carenciados das nossas comunidades, procurando apoiá-los naquilo que for necessário. Não obstante a sua génese e localização em S. Pedro de Sintra desde 17 de Abril de 1952, a Conferência desenvolve a sua actividade em toda a área de Sintra e não apenas naquela freguesia/paróquia, estando, portanto, disponível para ajudar os mais necessitados de toda a Unidade Pastoral de Sintra.

In página internet da UPS

O presente artigo visa dar a conhecer a todos a actividade da Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim durante o ano de 2019, a qual se repartiu em várias áreas e que, resumidamente, se apresenta a seguir.

Todavia, logo à partida, deve ser justamente reconhecido o apoio prestado à Conferência por pessoas e instituições que, no decurso do último ano, nos dispensaram tempo e meios para assim podermos levar ajuda aos mais necessitados.

Quanto aos vicentinos, demos as boas-vindas a mais dois paroquianos que, no passado dia 7 de Dezembro, realizaram o Compromisso Vicentino, manifestando a sua disponibilidade para exercer o seu dom de caridade cristã em prol de quem precisar da sua ajuda, através da nossa Conferência.

Actualmente, ela é composta por 22 vicentinos, dos 45 aos 79 anos, colaborando ainda oito voluntários nas suas diversas actividades. Como é possível verificar, não obstante todos eles serem muito empenhados e comprometidos, seria importante um certo rejuvenescimento da Conferência. Assim, haveria a garantia de continuidade à medida que os menos jovens fossem dando lugar aos novos elementos.

Relativamente aos apoios que prestámos em 2019, foram abrangidas, em média, 60 famílias e cerca de 140 pessoas. O tipo de apoios concedidos consta do Quadro seguinte.

QUADRO I - PRINCIPAIS TIPOS DE APOIOS

Alimentação	Saúde	Habitação
660	133	63

Especificando melhor, a alimentação corresponde à distribuição do Banco Alimentar, a saúde ao apoio na aquisição de medicamentos, em consultas, tratamentos, etc. e a habitação ao pagamento de rendas de casa e de outras despesas domésticas (água, luz, gás).

Por outro lado, consideramos ser também necessário dar a conhecer as origens dos recursos disponibilizados à Conferência, assim como as acções por nós levadas a cabo e respectivos custos. Queremos novamente salientar a generosidade de todos, pessoas e entidades, que nos deram os meios imprescindíveis para os nossos projectos. Assim, devemos realçar as valiosas ofertas nos peditórios à porta das igrejas da UPS (que subiram quase 20% face a 2018!), os donativos e as quotas regulares dos nossos benfeitores e os importantes apoios da Câmara Municipal e da União das Freguesias de Sintra.

É também de assinalar a parceria estabelecida com o Grupo de Acção Social "Gota a Gota", consubstanciado na inclusão dos cabazes do Banco Alimentar de fraldas e leite para crianças por eles disponibilizados, reduzindo deste modo os custos da Conferência.

O Quadro seguinte (também exposto à entrada dos nossos centros de culto) apresenta a origem dos montantes recebidos e o custo das actividades desenvolvidas pela Conferência de S. Vicente de Paulo de S. Pedro de Penaferrim.

QUADRO II - MAPA DE RECEITAS E DESPESAS DE 2018

Receitas	
Origem	Valor
Colectas dos vicentinos efectuadas nas reuniões internas da Conferência	419,67 €
Subscrições/quotas de benfeitores	560,00 €
Peditórios à porta das igrejas da UPS	7 739,81 €
Campanhas especiais, quermesses e vendas	353,80 €
Donativos particulares	760,00 €
Apoio da Câmara Municipal para actividades candidatas ao PAFI*	3 500,00 €
Apoio da Junta de Freguesia para o Banco Alimentar	2 000,00 €
Outras receitas consignadas a fim específico (Banco Alimentar)	1 945,00 €
Total	17 278,28 €

Despesas	
Actividades	Valor
Reforço dos cabazes do Banco Alimentar contra a fome	7 494,88 €
Comparticipação no pagamento de despesas com saúde (medicamentos, etc.)	3 910,77 €
Auxílio no pagamento de despesas com a habitação	2 190,00 €
Pagamento de outras despesas (domésticas)	2 748,96 €
Contribuição obrigatória para a Sociedade de S. Vicente de Paulo **	484,16 €
Despesas administrativas e de funcionamento da Conferência	453,92 €
Total	17 282,69 €

Resultado final	-4,41 €
------------------------	----------------

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

* Representa uma participação nas despesas da Sociedade de S. Vicente de Paulo e visa também auxiliar outras Conferências em dificuldades.

Finalmente, continuamos a solicitar a todos os paroquianos e instituições da nossa terra que **CONTINUEM A AJUDAR-NOS A AJUDAR**, na certeza de que **TUDO** o que recebemos é canalizado para os mais necessitados e fragilizados da nossa Unidade Pastoral. A vossa contribuição, nas suas diferentes formas, é muito importante, indispensável mesmo, para conseguirmos ajudar e devolver a dignidade de vida a quem mais necessitar.

E, como referiu o Papa Francisco na sua mensagem para o III Dia Mundial dos Pobres (17 de Novembro de 2019 - XXXIII Domingo do Tempo Comum), não é apenas através de ajudas materiais que tal ajuda se concretiza:



“Por vezes, basta pouco para restabelecer a esperança: basta parar, sorrir, escutar. Durante um dia, deixemos de parte as estatísticas; os pobres não são números, que invocamos para nos vangloriar de obras e projetos. Os pobres são pessoas a quem devemos encontrar: são jovens e idosos sozinhos que se hão de convidar a entrar em casa para partilhar a refeição; homens, mulheres e crianças que esperam uma palavra amiga. Os pobres salvam-nos, porque nos permitem encontrar o rosto de Jesus Cristo.”

Como agir perante um veículo de emergência



Saber como agir na aproximação de um meio de socorro em marcha de emergência é essencial para assegurar que as equipas consigam chegar em segurança às vítimas num menor espaço de tempo.

Os profissionais de emergência adotam uma postura cautelosa na sua interação com o trânsito e assinalam a sua marcha com luzes de emergência e sinais sonoros (sirenes), desde que iniciam o trajeto em direção ao local da ocorrência. Este procedimento tem como objetivo alertar para a presença dos meios de emergência no trânsito e facilitar a sua deslocação até ao local.

Recomenda-se o seguinte:

- Agir com serenidade;
- Acompanhar o movimento do veículo de emergência, sem nunca esquecer os demais utilizadores da via pública;
- Evitar travar ou desviar a sua viatura de forma brusca;
- Avaliar se existe um único veículo de emergência ou se outros seguem aquele que se aproxima;
- Facilitar a passagem dos veículos de emergência, criando espaço para que os mesmos possam circular.

O posicionamento dos veículos de emergência permite aos condutores perceber qual é o seu objetivo no processo de transposição do trânsito. O profissional de emergência, quando efetua as manobras em condução de emergência, analisa previamente todos os fatores para assegurar que a sua opção nunca colocará em causa a segurança dos restantes intervenientes da via pública.

Aja com serenidade e em segurança para si e para os demais intervenientes da via pública.

A emergência médica começa em si. Colabore com o INEM. Juntos, podemos salvar vidas! Siga os conselhos do INEM no facebook e no twitter.



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 emplaques

Santos do mês

Vitor Cabrita

Santa Escolástica

Primera Superiora e padroeira das Monjas Beneditinas.

Nasceu em Núrsia, Itália, no ano 480. O seu nome e o seu caminho de vida estão inevitavelmente ligados ao seu irmão gémeo... Bento de Núrsia, também ele santo.

A mãe morreu no parto dos dois irmãos e assim foram educados pelo pai. Família abastada do Centro de Itália... São Bento consagrou-se muito jovem a Deus e a irmã Escolástica, um pouco depois, após a morte do pai.

Por influência ou não do irmão, mas seguramente iluminada por Deus, a jovem religiosa fundou a sua própria congregação e o seu mosteiro de Monjas Beneditinas, muito próximo do mosteiro que o irmão fundou - no cimo do Monte Cassino.

A vida consagrada destes dois irmãos foi testemunho e exemplo para muitos e muitas jovens, que os seguiram e se consagraram a Deus.

Embora muito próximos na distância... seguiam a regra do mosteiro de forma rigorosa. Por isso, apenas se encontravam um único dia por ano, na primeira quinta-feira da Quaresma. Falavam sobre a vida, ordem e regra dos Mosteiros que tinham fundado e da evangelização a que se propuseram diante de Deus, rezando juntos.

No ano 545, na dita primeira quinta-feira... Santa Escolástica intuiu que seria a última vez que estaria com o irmão e pediu-lhe que ficasse mais umas horas a conversar com ela. São Bento negou o pedido à irmã, por isso ser à margem das regras do mosteiro.

Mas os desígnios de Deus são incontornáveis e uma forte tempestade desabou sobre a zona da montanha e tiveram de ficar até à manhã seguinte.

Três dias depois, no mosteiro onde vivia, São Bento viu uma pomba branca no céu e intuiu que a irmã tinha morrido... enterrou-a no sepulcro onde ele veio a ser também sepultado três anos depois!

Até aos dias de hoje, na lonjura de tantos séculos, a Obra destes dois irmãos gémeos perpetua-se... com muitos mosteiros e santas vocações de consagração, de Monjes e Monjas segundo a regra de



São Bento e Santa Escolástica.

A igreja celebra a sua festa litúrgica a 10 de fevereiro.



ALMOÇO CONVÍVIO PROMOVIDO PELO GRUPO JANELA

DOMINGO, 23 / 02 / 2020
(a partir das 12H30)

NO SALÃO PAROQUIAL DA IGREJA DE SÃO MIGUEL

EMENTA

⇒ Entradas: Queijo, azeitonas e manteigas
⇒ Sopa: **Legumes**

⇒ **RANCHO**

OU

⇒ **LOMBINHOS DE PESCADA C/ ARROZ**

⇒ Sobremesa: Bolo, doces, frutas variadas e café

É necessária marcação, faça já a sua, através do Cartório

Telef: 219 244 744 ou 966 223 785

E-Mail: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

**A receita é destinada às obras da
IGREJA DO LOUREL**

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

À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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

No mês anterior a fotografia publicada era da Cruz Alta, situada no Parque da Pena.



Francisco Proença
919 80 28 81



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

fproenca@remax.pt

www.remax.pt/fproenca

Lic AMI Nº9459

AGENTE PREMIADO



A FUNERÁRIA
SÃO JOÃO DAS LAMPAS
DE QUINTINO E MORAIS

35 Anos de Serviço com Competência e Honestidade



ATENDIMENTO
PERMANENTE
219 618 594
965 657 671

LOJAS
MEM-MARTINS
COLARES-MUCIFAL
TERRUGEM
SINTRA