



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta



Fevereiro 2022

Edição nº 194 - Ano XX
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



X ENCONTRO MUNDIAL DAS FAMÍLIAS ENCONTROS DIOCESANOS E PAROQUIAIS

PÁGINAS CENTRAIS



MEC's ao serviço dos doentes

Página 3



Encontro do grupo de leitores da UPS

Página 3



Escuteiros recolheram bens para doação

Página 5



19º ANIVERSÁRIO CRUZ ALTA



Sínodo dos Bispos 2021-2023

Páginas Centrais



Entrevista de Vida: Faninha

Página 10





Editorial

José Pedro Salema

Somos Igreja!



Nos dias que vamos vivendo, não vale a pena desviarmos-nos da realidade e procurarmos razões que nos afastam de Deus e, verdadeiramente do que é importante - Deus está em cada um de nós, Deus está no outro!

O nosso querido Papa Francisco, homem bom e que nos ajuda constantemente a caminharmos "nos caminhos do Senhor", não se cansa de pedir, que rezemos muito, e que nos deixemos envolver pela Palavra de Deus.

Ainda há poucos dias, na sua mensagem de paz, nos recordava com carinho o mundo em que vivemos, e em que podemos contribuir para o Bem:

"...ainda hoje o caminho da paz permanece "arredio da vida real de tantos homens e mulheres e conseqüentemente da família humana". "Apesar dos múltiplos esforços visando um diálogo construtivo entre as nações, aumenta o ruído ensurdecido de guerras e conflitos, ao mesmo tempo que ganham espaço doenças de proporções pandémicas, pioram os efeitos das alterações climáticas e da degradação ambiental, agrava-se o drama da fome e da sede e continua a predominar um modelo económico mais baseado no individualismo do que na partilha solidária. Todos podem colaborar para construir um mundo mais pacífico, partindo do próprio coração e das relações em família, passando pela sociedade e o meio ambiente, até chegar às relações entre os povos e entre os Estados".

Pois é, podemos cada um de nós, contribuir para criar, com as graças e os talentos que Cristo nos deu, uma Igreja mais unida, mais firme e predisposta a fazer melhor. Muito melhor! Que eu possa ser exemplo nesta Igreja que é de Cristo, que é nossa!



Os Nossos Padres

Pe. Jorge Doutor

A Vida Consagrada

Teve início no dia 26 de janeiro a Semana do Consagrado, que concluirá no dia 2 de fevereiro, Dia do Consagrado. De 26 de fevereiro a 1 de março decorrerá a XXXVII semana de estudos sobre a vida consagrada, em Fátima, com o tema "TODOS IRMÃOS - O desafio da fraternidade na vida consagrada". Estas iniciativas são apelos a refletirmos e valorizarmos a vida religiosa e a rezarmos pelas vocações de especial consagração.

Na nossa Unidade Pastoral de Sintra temos o dom de três comunidades religiosas - Clarissas, Dominicanas, Doroteias - e contamos também com a colaboração regular de um sacerdote religioso, Missionário da Consolata. Há dois jovens das nossas paróquias de Sintra que estão a fazer uma caminhada vocacional de vida religiosa: a I^{ra} Leonor Wemans, nas Concepcionistas e o José Maria Caldeira Ribeiro, nos Jesuítas. Temos, assim, a vida consagrada bem no meio de nós! Depois ainda temos o Bernardo que, não estando em vida consagrada, está em preparação para o sacerdócio secular.

Facilmente podemos procurar conhecer melhor o que é a vida religiosa - ou pelo

contacto direto, visitando uma das suas comunidades ou, também, pela internet navegando, por exemplo, por <http://cirp.pt> (o sítio da Conferência dos Institutos Religiosos de Portugal) que, por sua vez, apresenta ligações para os diversos Institutos Religiosos.

Afirma a Exortação Apostólica Pós-Sinodal - Vita Consecrata (de 1996), logo no seu início: "A vida consagrada, profundamente arreigada nos exemplos e ensinamentos de Cristo Senhor, é um dom de Deus Pai à sua Igreja, por meio do Espírito. Através da profissão dos conselhos evangélicos, os traços característicos de Jesus - virgem, pobre e obediente - adquirem uma típica e permanente «visibilidade» no meio do mundo, e o olhar dos fiéis é atraído para aquele mistério do Reino de Deus que já atua na história, mas aguarda a sua plena realização nos céus. Ao longo dos séculos, nunca faltaram homens e mulheres que, dóceis ao chamamento do Pai e à moção do Espírito, escolheram este caminho de especial seguimento de Cristo, para se dedicarem a Ele de coração



«indiviso» (cf. 1 Cor 7,34). Também eles deixaram tudo, como os Apóstolos, para estar com Cristo e colocar-se, como Ele, ao serviço de Deus e dos irmãos. Contribuíram assim para manifestar o mistério e a missão da Igreja, graças aos múltiplos carismas de vida espiritual e apostólica que o Espírito Santo lhes distribuía, e deste modo concorreram também para renovar a sociedade."

Não deixemos de rezar pelos consagrados e consagradas, para que saibam viver em fidelidade a Deus e ao dom da vocação que receberam e saibam acolher e dizer sim aos desafios do mundo de hoje. Peçamos também a Deus que continue a suscitar muitas vocações de especial consagração e que as nossas Paróquias ofereçam um ambiente humano e cristão que lhes seja favorável - nas famílias, na catequese, etc.!



A melhor parte

Diác. Vasco Avillez

Viver em Comunidade

Desta vez venho-vos falar da importância que tem para nós todos a vida em comunidade. Não que sejamos todos membros de uma ordem religiosa ou tenhamos que estar todos num convento para vivermos em comunidade. Não!

Viver em comunidade também não é termos de ouvir a toda a hora na televisão ou na rádio ou ainda na rua, os nossos políticos e candidatos a políticos, que querem por força chegar ao nosso íntimo e à nossa «cabeça». Esquecem que a melhor maneira de o fazerem é ter

um comportamento e uma atitude perante o Mundo e a Vida que sejam exemplares para os outros e que suscitem seguimento por imitação. Viver em comunidade é estarmos atentos aos outros. É passar pelos nossos irmãos na rua e reconhecer isso mesmo: Somos todos irmãos! Se somos irmãos sabemos do "outro"! Sabemos quem é, como está e como vive e sabemos também do que precisa ou o que nos pode dar.

Viver em comunidade é dar o exemplo e humildemente seguir o exemplo, dos mais

simples e muitas vezes dos mais pobres e pedir quando precisamos e de dar quando temos o que faz falta aos outros. Não devemos pensar que o que os pobres mais precisam é de dinheiro. Claro que isso também faz parte, mas o mais importante é dar uma palavra e estabelecer um contacto. É olhar, «olhos nos olhos» é manter esses contactos de forma que na manhã seguinte se virmos a mesma pessoa voltamos a falar com ela e damos seguimento a uma conversa que passa a ser uma vivência em comunidade.

Há poucos meses tivemos oportunidade de batizar uma

criança pequena cujos pais, inquietos por a não terem ainda batizado, o queriam fazer e de caminho foram abordando o tema do seu próprio casamento que não existia. Disse-lhes que além de tudo o mais, o mais importante é que Deus no sacramento do casamento nos põe à disposição uma força nova capaz de ser ajuda inestimável na duração desse casamento que agora é: para sempre! Ficaram a pensar nisso e mais tarde disse-lhes que pelo casamento Deus se constitui a Si próprio parte do casal. O casal sente que fica iluminado, ajudado, esclarecido, mas



Ele nunca se dá a conhecer a não ser que o casal lhe peça ajuda...e nesse ponto a Sua ajuda é inestimável e faz-nos agir ainda melhor do que pensávamos que eramos capazes. Pensaram no que lhes disse e este fim-de-semana fui surpreendido pelo telefonema que me fizeram, a pedir se poderia ser eu a presidir ao seu casamento, pela igreja, que estão a marcar para julho próximo!

Vale a pena Viver em Comunidade quando Deus nos manda alegrias destas. ■



CAMINHADA SINODAL – Reunião do Grupo dos Leitores da nossa UPS

Coração Archer de Carvalho

Queridos Leitores da nossa Unidade Pastoral de Sintra

“Nenhum de nós pode ser cristão só por si, mas sim com os outros e para os outros” (D. Manuel Clemente)

Depois do nosso primeiro encontro no dia 15 de Dezembro, que foi muito bom e de onde saíram boas ideias,

mas onde estiveram menos leitores do que o esperado, venho agora desafiar-vos para um outro encontro no dia 18 de fevereiro.

Este encontro de Fevereiro terá uma parte de formação, de que todos nós precisamos pois é exigente o serviço que prestamos às nossas comunidades, e também terá um

tempo para debatermos o que está bem e o que falta para sermos uma Igreja Sinodal pois “o nosso caminhar juntos é o que mais implementa e manifesta a natureza da Igreja como povo de Deus peregrino e missionário”.

Penso muitas vezes naquela passagem dos Actos dos Apóstolos em que a ati-

tude dos primeiros cristãos, a sua União, Alegria e o Bem que espalhavam, levava os outros a exclamar “vede como eles se amam!” e a quererem fazer parte desse grupo...

Assim, refletindo em conjunto, poderemos aprender quais são os processos que nos podem levar a viver mais em comunhão, a realizar a

participação e a nos abriremos em missão!

Lá os esperamos na Sala D. José Policarpo às 21.00 horas, ou online, se necessário em função da evolução da pandemia.



O serviço dos doentes

Diácono Vasco

Desde há centenas de anos que a Igreja se preocupa em estar presente junto dos doentes e dos que por qualquer razão não podem ir e participar com todos os demais nas reuniões dos cristãos a que chamamos a Eucaristia, ou numa palavra mais corrente a Missa.

Foi por isso que os apóstolos instituíram os diáconos, que hoje em dia estão muito presentes e que, juntamente com os sacerdotes, são de facto os Ministros Ordinários da Comunhão. Mas não chegam e por isso quase todas as comunidades ou paróquias têm alguns M. E. C. 's, ou sejam os Ministros Extraordinários da Comunhão.

Dominical. No passado dia 23 de janeiro, dez dos nossos MEC, fizeram a renovação do seu ministério por mais cinco anos e já no mês anterior cinco tinham feito a formação necessária para serem MEC. Temos bastantes MEC e claro que todos eles fazem o serviço da comunidade nomeadamente, sempre que é necessário, ajudam o celebrante na Missa a distribuir a Comunhão, de forma que tudo se passe sem demoras desnecessárias.

Neste momento, os Hospitais e a maioria dos lares não podem ser visitados pelos MEC, mas alguns permitem, desde que se verifique o maior cuidado e haja garantias de

ministério.

Frequentemente fazemos reuniões de MEC para relembrar os detalhes do serviço e para explicar as regras que o nosso Bispo possa mudar, conforme as circunstâncias,

como por exemplo agora, em que temos ordens para só dar a Sagrada Comunhão na mão, em prol das condições sanitárias atuais. Avisem-nos sobre todos os doentes que conheçam e que queiram

começar a receber Jesus e logo um dos Srs. Padres irá confessar esse doente e depois um MEC irá dar a comunhão todas as semanas.



A grande função dos MEC é o serviço dos doentes. Desde logo os que estão nos hospitais ou nas casas de saúde; os que estão em lares; e ainda o serviço daqueles que, por uma ou outra razão não podem sair de casa ou não podem ir à igreja receber a Comunhão.

Por isso a Igreja pede – insistentemente – que nos avisem sobre familiares ou conhecidos que, estando impedidos de vir à igreja para receber a comunhão, possam ser visitados por um MEC, para receberem a Comunhão

que não há casos positivos de Covid19. Igualmente nas casas dos doentes, temos que ter garantias, mas, uma vez que essas existam, devemos ser assíduos e assistir todos os que queiram receber Jesus ao Domingo.

É isto que fazemos e já agora aproveito para explicar que só o Pároco ou o seu Vigário têm a faculdade de convidar alguém para ser MEC, e uma vez que se seja MEC, o serviço é feito durante cinco anos, ao fim dos quais poderá, ou não, ser convidado pelo Pároco a renovar o

CERTIFICADO

Sol sem Fronteiras certifica, neste documento, que a comunidade da *Unidade Pastoral de Sintra* angariou generosamente **1.698,32 €** para o Projeto **“Nutrição e Higiene”**, em Bafatá (Guiné-Bissau), desenvolvido pela Sol sem Fronteiras em parceria com a Cáritas Diocesana de Bafatá. Este valor será aplicado em apoiar o desenvolvimento das infraestruturas de refeição e infraestruturas de saneamento da Escola de Ensino Básico **“São Francisco Xavier”**.



Obrigado, juntos fazemos o Sol Nascer para Todos!
Um agradecimento muito especial ao pároco **Pe. Armindo Elias dos Reis** e a todos os voluntários que estiveram presentes.

13/01/2022
A Presidente da Sol sem Fronteiras
Ária Catarina Pereira do Sousa
Sofia Leite



ABC da Bíblia

Neste espaço, procuramos conhecer melhor várias palavras relacionadas com a Bíblia. Seguimos uma ordem alfabética. O texto é adaptado do livro “Vocabulário Básico do Cristão” de Álvaro Ginel (ed. Salesianas, Porto).

André – «Varonil, corajoso». Irmão de Pedro (Mt 4, 18; Mc 1, 16).

Ano sabático – Instituição judaica pela qual se regulamentava que os escravos judeus deviam ser postos em liberdade no ano sétimo. Ver: Ex 21,1-11.

Anticristo – É uma expressão de João (1 Jo 2, 18.22; 4, 3; 2 Jo 7). Designa uma realidade atual: todo aquele que negue que Jesus é Cristo, o Verbo Incarnado. É a luta entre o trigo e o joio de que fala o Evangelho. Mais do que um personagem ou um facto é um conjunto de realidades que se opõem ao Evangelho de Jesus.

Antioquia – Nome de várias cidades mencionadas na Bíblia. Foi em Antioquia que os discípulos passaram a designar-se pela primeira vez cristãos (Act 11, 26).

Anunciação – Deus comunica a Maria, através de um anjo, que fora escolhida para Mãe de Jesus, seu Filho. Solenidade que se celebra a 25 de Março. Ver: Lc 1, 26-38.

Apocalipse – «Revelação». Nome do último livro do Novo Testamento escrito por volta do ano 95 d.C. Não conhecemos bem o seu autor, se bem que seja atribuído a S. João. É um livro único no seu género no NT. O essencial do género apocalíptico consiste

em revelar realidades transcendentais fazendo recurso a elementos míticos, cifras misteriosas, visões e aparições celestes.

Apocalíptico – Género literário muito utilizado no séc. II a.C. Pertencem a este género livros do AT como Ez, Dn, Zac, Jn. No NT temos os discursos do fim do mundo em Mateus 13 e paralelos; 2 Tes. O principal livro apocalíptico é o Apocalipse.

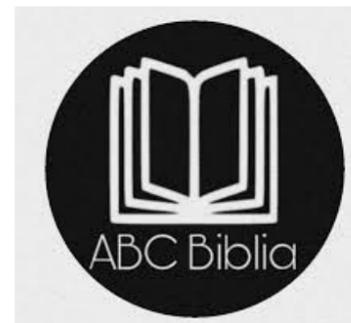
Apócrifos – Livros que não foram reconhecidos pela Igreja como revelados por Deus e, portanto, não formam parte da Bíblia.

Apolo – Cristão convertido do judaísmo, bom orador,

encabeça um grupo de cristãos quando a comunidade de Corinto se divide. É mencionado por S. Paulo em 1 Cor 1,12, 3,4.

Apóstolos – Testemunhas da ressurreição de Cristo, os doze apóstolos. São os detentores da autoridade para que o anúncio do Evangelho seja feito por todos aqueles que são por eles considerados idóneos.

Arca – Móvel sagrado mandado construir por Moisés, onde foram colocadas as dez palavras escritas pelo dedo de Deus sobre a pedra (Dt 10, 1-5). A arca é sinal da presença do Deus da aliança no meio do povo para o guiar



e proteger, para lhe revelar a sua palavra e ouvir a oração.

Areópago – Colina no alto da cidade de Atenas. Era ali que se reunia o conselho supremo da cidade. Foi ali que S. Paulo foi pregar (Act 17,19-31). No fim do seu discurso os atenienses dizem-lhe: «Sobre isto ouvir-te-emos falar noutra ocasião».

Arimateia – Cidade de José, membro do Sinédrio, que pediu a Pilatos o corpo de Jesus para o sepultar. ■

Vaticano: Papa pede mudança de «rota» para aproximar Igrejas separadas

(Ecclesia)

No passado dia 25 de janeiro, o Papa pediu em Roma uma mudança de “rota” para aproximar as Igrejas cristãs que estão separadas há séculos, apontando a horizontes comuns de oração e de serviço aos mais pobres.

“Precisamos de mudar de estrada, inverter a rota dos nossos hábitos e conveniências para encontrar o caminho que o Senhor nos mostra, o caminho da humildade, da fraternidade, da adoração”, referiu Francisco, na homilia da oração de Vésperas a que presidiu na Basílica de São Paulo Fora dos Muros.

A tradicional celebração, na festa litúrgica da Conversão de São Paulo Apóstolo, marcou o encerramento da Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos 2022, contando com a participação de nove representantes das Igrejas e comunidades cristãs presentes em Roma.

“Não nos cansemos de rezar uns pelos outros e uns com os outros, uns co”, pediu o Papa, que apelou ainda a uma atenção particular aos mais pobres.

“Sirvamos os necessitados,

servamos juntos a Jesus que sofre”, precisou.

A Semana de Oração (18-25 de janeiro) teve como tema, este ano, ‘Vimos a sua estrela no Oriente e viemos prestar-lhe homenagem’, uma proposta Conselho das Igrejas do Médio Oriente, sediado em Beirute, no Líbano.

“O Oriente leva-nos a pensar também nos cristãos que ali habitam, em várias regiões devastadas pela guerra e a violência”, assinalou o Papa.

Francisco centrou a sua reflexão na figura dos Magos, conhecidos popularmente como “reis”, que seguiram a estrela até Belém, para adorar Jesus recém-nascido.

Sigamos também nós a estrela de Jesus! Não nos deixemos distrair pelos fulgores do mundo, estrelas cintilantes, mas cadentes. Não sigamos as modas passageiras, meteoros que se apagam; não cedamos à tentação de brilhar com luz própria, ou seja, de nos fecharmos no nosso grupo para nos autopreservarmos”.

Antes do momento de oração, Francisco dirigiu-se até junto do túmulo de São Paulo, onde permaneceu em silêncio,

acompanhado pelo cardeal Kurt Koch e o metropolita Policarpo Stavropoulos, representante do Patriarcado Ecu-
mênico (Igreja Ortodoxa).

A homilia deixou um convite à unidade entre as várias tradições e experiências cristãs, evocando os mártires de todas as Igrejas, que “indicam na terra um caminho concreto, o da unidade”.

“O Senhor deseja que confie-
mos uns nos outros e caminhemos juntos, não obstante as nossas fraquezas e pecados, apesar dos erros do passado e das feridas recíprocas”, acrescentou Francisco.

O Papa realçou a importância da oração, nesse caminho para a “plena comunhão”, deixando de parte as “políticas do mundo”.

“Peçamos a Deus esta coragem, a coragem da humildade, único caminho para chegar a adorar a Deus na mesma casa, ao redor do mesmo altar”, declarou.

No final da oração de Vésperas, antes da bênção apostólica, o cardeal Kurt Koch, presidente do Conselho Pontifício para a Promo-



Foto: Lusa/EPA

ção da Unidade dos Cristãos (Santa Sé), dirigiu uma saudação ao Papa, em nome dos participantes.

O ‘oitavário pela unidade da Igreja’, hoje com outra denominação, começou a ser celebrado em 1908, por inicia-

tiva do norte-americano Paul Wattson, presbítero anglicano que mais tarde se converteu ao catolicismo.

Fonte - Lusa/Epa.



MAFEP
segurança contra incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

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

www.mafep.pt



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Esquizofrenia

A Esquizofrenia é uma perturbação mental grave que se enquadra no grupo das doenças do foro psiquiátrico chamadas psicoses. Esta doença caracteriza-se por uma perda de contacto com a realidade, a que se associam alucinações, delírios (crenças falsas), portanto, um pensamento anormal e, consequentemente, originando uma alteração do funcionamento social e laboral.

Esta situação torna-se, naturalmente, num problema de saúde pública, dado que interfere em várias vertentes no mundo que rodeia o próprio doente, ou seja, a família, a sociedade e o trabalho. A prevalência desta doença no mundo aproxima-se de 1%.

A causa é desconhecida, embora a doença tenha uma base biológica, ou genética, a que se poderão associar

factores ambientais. A teoria mais aceite é baseada na existência de uma vulnerabilidade ou predisposição por parte destes doentes a virem a sofrer desta doença, a que poderão estar incluídos, para além desse factor genético, problemas que poderão ter ocorrido antes, durante ou depois do nascimento, na infância ou adolescência. Neste modelo, o "stress ambiental" e tudo o que o poderá envolver, poderá desencadear o início da doença nas pessoas com este tipo de vulnerabilidade.

O começo dos sintomas costuma surgir mais cedo no sexo masculino, entre os 18 e 25 anos, e um pouco mais tarde no sexo feminino, entre os 26 e os 45 anos. Não é raro, no entanto, casos na infância e adolescência. A manifestação dos sintomas

pode ter um início súbito, no espaço de dias ou semanas, ou pode ser de forma lenta e progressiva ao longo de anos. Os sintomas (positivos) agrupam-se em três categorias: delírios e alucinações visuais, auditivas ou tácteis; alterações do pensamento e do comportamento; e sintomas negativos ou por deficit. Exemplificando, os delírios muitas vezes de perseguição são crenças falsas, e estes doentes sentem-se perseguidos ou enganados. Podem ser delírios de referência, acreditando que certas passagens de livros, jornais ou notícias se dirigem especificamente aos próprios. O ouvir vozes (as alucinações auditivas são comuns) e essas vozes, por vezes, são muito desagradáveis para o doente que as ouve. As alterações do pensamento baseiam-se

na sua desorganização, e a expressão do pensamento, através da fala, pode espelhar essa situação e o comportamento e as atitudes podem ser bizarras e originais, consequentemente. Os sintomas negativos traduzem-se pela frieza de emoções, pobreza na expressão, isolamento social e apatia. Parece existir um vazio interior, quando as respostas às perguntas são nulas ou abstractas. Todos estes sintomas dão um enorme sofrimento ao doente e, paralelamente, a todos aqueles que o rodeiam, especialmente os familiares.

A esquizofrenia tem um risco associado de 10% de suicídio e a esperança de vida reduz 10 anos.

O diagnóstico é clínico, e o psiquiatra baseia-se no passado do doente, nas informações dos familiares e nos

sintomas que apresenta, não existindo exames complementares de diagnóstico que comprovem a doença.

O tratamento, à base de anti-psicóticos, tentam anular os pensamentos delirantes e outros sintomas, bloqueando os receptores de dopamina cerebrais, entre outros mecanismos. Num terço dos casos estes doentes conseguem uma melhoria longa e duradoura. O outro terço sofre de recaídas intermitentes e os restantes poderão passar para um estado de incapacidade grave e permanente. A psicoterapia, associada à medicação, poderá ter em muitos casos bons resultados. De realçar que muitos esquizofrénicos se tornaram célebres pelas suas obras no campo da arte e ciência e poderão ser muito inteligentes. ■



Recolha de alimentos e brinquedos

Escuteiros - Alcateia

No passado mês de **dezembro de 2021**, os nossos Lobitos fizeram uma **recolha de alimentos não perecíveis e brinquedos em bom estado para doarem ao Grupo de Ação Social Gota a Gota e à Associação Efeito Dominó.**

O Grupo de **Ação Social Gota a Gota** tem como principal objetivo, apoiar situações/casos sociais, que envolvam crianças dos 0 aos 16 anos e idosos, no âmbito da UPS.

A **Associação Efeito Dominó** consiste numa associação que realiza atividades do foro cultural, ambiental e social de forma a dinamizar o bairro Casal da Boba na Amadora.

Esta Associação tinha publicado a seguinte mensagem, "Nesta época especial, o grupo da Associação Efeito Dominó quer entregar um **cabaz de alimentos a cada uma das famílias sinalizadas**. Muitas famílias não têm a oportunidade de desfrutar do Natal como gostariam, mas, com as vossas doações, acreditamos que a entrega dos cabazes seja um apoio nesse sentido. São cerca de **90 famílias sinalizadas**, das quais **53 têm crianças**, sendo **129 crianças no total**". ■



Serviço de Transporte em Táxi

Serviço de Táxi na zona rural do Concelho de Sintra

Deslocações para:

Consultas* Exames* Tratamentos*

Viagens de lazer e negócios*

Transfer do e para o aeroporto*

Serviço na hora e por marcação

Email: taxisintrarural@gmail.com

Tlm: 965 234 393

Siga-nos no Facebook: <https://www.facebook.com/taxisintra.rural>



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Maria da Conceição Prazeres

Carnaval, Alegria e Festas Cristãs

O Carnaval é amado por uns, visto com maus olhos por outros e ansiado pelas crianças (as que podem mascarar-se ou brincar, de modo especial, na escola e na zona em que vivem). Alegria, brincadeira, são os seus atributos. Porque não festejalo, se é designado em muitos lugares de Portugal **Entrudo**, *introitus* - ou entrada - na Quaresma, pela purificação que esta pressupõe? Ao iniciarmos a limpeza da Primavera, ou a mudança de casa, não as anunciamos alegremente, para que os amigos possam ver o "antes" e o "depois", intercalados por trabalhos feitos muitas

vezes com grande sacrifício? Mais do que discutirmos se é festa pagã ou festa religiosa e popular, a nós cristãos, importa o que nela fazemos e, também, o que os outros - a quem devemos amar como a nós mesmos - fazem. Se não gostamos do que vemos no Carnaval da nossa terra, talvez possamos associarmos a quem o promove e tentar alterá-lo. Não adianta muito dizer mal no meio dos folguedos, ou neles não participar. Muitos festejos tradicionais estão a reestabelecer-se na sua genuinidade, graças à coragem de quem quer mudar o que vê. E, mudança tam-

bém podem ser as horas de oração pelos que brincam ao Carnaval, e as mascaradas entre vizinhos e com crianças que nunca o festejaram. O Carnaval exerce, por vezes, a função de castigar os costumes. Porém, o riso, em vez de ser expressão de festa e de alegria, pode tornar-se escárnio maldoso que fere e lesa pessoas e crenças. Mesmo que seja no segredo da família ou entre amigos, afastemo-lo: os nossos filhos podem repetilo porque o acham engraçado, criando um hábito com o mal, não o entendendo ainda bem.

Na Quaresma, podemos encontrar a alegria de, pela

penitência ou pela aceitação das dores do corpo e da alma, completar o *que ainda falta à paixão de Cristo* (Cl1,24). Uma alegria interior, que pode transparecer externamente, se, quando jejuarmos, não nos mostrarmos tristes: *unge a tua cabeça e lava o teu rosto, a fim de que não pareça aos homens que jejuas, mas sim a teu Pai, que está no oculto* ... (Mt, 6,16). Uma purificação também: *Purificai-vos do velho fermento para que sejais uma nova massa... Porquanto Cristo, nosso Cordeiro Pascal foi imolado. Para que possamos celebrar a Páscoa ... com pão ázimo da pureza e da verdade.* (1Cor,5,6-8).

Que velho fermento abandonar, para bem viver as festas que se avizinham? Se a razão para viver a Páscoa, "festa das festas", "solenidade" das sole-

nidades" (Catecismo Católico, 1169), for apenas a tradição ou o hábito familiar, ela será para nós menos festa. O mistério da Redenção, obediência de um Só, para a todos nos tornar justos (Rom 5,19), exige um olhar corajoso que faça cair as máscaras que utilizamos em nós próprios e nas nossas relações. Reconhecemo-nos na verdade, que é humildade, e assumindo o que somos, levamos à purificação penitencial e liberta-nos. Mas também a encontrar nos outros uma humanidade semelhante à nossa. E a afastar preconceitos e acusações, porque a justificação pela Redenção é para todos! Mesmo para aqueles que aborrecemos pelas suas brincadeiras de Carnaval, seu modo de as fazer e até querer impor. Vamos com alegria ver neles Cristo? ■



Gota a Gota

Grupo de Ação Social



Artigos doados em 2021

Artigos	jan.	fev.	mar.	abr.	mai.	jun.	jul.	ago.	set.	out.	nov.	dez.	Total
Fraldas Nº1					3	0	2	0	0	0	2	4	11
Fraldas Nº2	3	3	3	3	3	3	3	5	5	3	0	2	36
Fraldas Nº3 (Dodot)	2	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	20
Fraldas Nº3	3	3	3	2	3	3	0	0	0	4	7	7	35
Fraldas Nº4	3	2	2	4	4	4	10	6	12	8	11	11	77
Fraldas Nº5	17	15	18	16	15	12	9	6	12	12	12	12	156
Fraldas Nº6	8	13	17	19	20	17	19	11	19	19	19	18	199
Fraldas adultos S	2	2	2	2	2	2	3	0	5	4	5	8	37
Toalhitas	28	28	39	38	41	39	35	19	38	38	41	40	424
Oleo Johnson	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Sabonete	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gel Banho	0	-	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Shampoo + Gel	6	6	7	6	8	7	7	8	0	6	6	0	67
Shampoo	15	3	20	42	18	28	0	12	0	0	0	8	146
Dentifricio	15	15	20	21	18	28	28	30	34	35	38	40	322
Desodorisante	15	3	20	21	18	28	28	28	0	0	0	0	161
Papel Higiénico	5	5	6	6	9	10	10	13	14	16	19	22	135
Detergente loiça	0	-	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
Bolacha Maria/Torrada	67	70	73	74	78	41	88	0	39	76	0	72	678
Aptamil/Nan-Nº 1	1	-	0	0	0	0	0	2	2	0	1	4	10
Aptamil/Nan-Nº 2	0	-	1	1	1	1	2	0	0	2	2	0	10
Aptamil/Nan-Nº 3	-	-	-	-	-	0	0	2	2	2	2	2	10
Aptamil/Nan-Nº 4	-	-	-	-	-	2	4	4	6	4	6	6	32
Aptamil/Nan-Nº 5	4	-	1	1	3	2	0	2	2	2	2	2	21
Fruta Pack 4 boiões	5	5	7	7	8	9	7	6	7	7	9	9	86
Farinha Láctea (Cerelac)	24	28	28	31	29	27	28	13	28	26	22	26	310
Flocos Cereais / Mel	61	65	66	74	75	74	74	29	85	87	88	79	857
Cereais/Corn Flakes	37	38	36	44	49	47	47	28	47	45	46	46	510
Atum	41	45	52	53	69	67	71	80	83	84	89	95	829
Salsichas	48	45	57	34	69	69	75	89	86	88	90	96	846
Tomate	-	15	3	1	4	3	3	1	3	3	3	3	42
Cogumelos	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
Massa	15	17	17	22	28	27	30	30	34	35	37	42	334
Esparguete	15	17	17	22	28	27	30	30	33	34	37	42	332
Arroz	15	17	17	25	28	28	30	31	34	35	74	84	418
Grão e Feijão	30	34	50	23	58	58	64	68	72	74	76	84	691
Azeite	15	2	18	22	25	7	25	6	32	4	35	38	229
Oleo	15	17	5	22	3	23	6	26	30	31	42	38	258
Sal	2	-	0	0	1	0	0	0	1	1	0	2	7
Vinagre	0	-	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
Leite c/choc. (200ml)	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	18	150
Leite UHT M. Gordo 1L	534	564	600	648	696	666	778	390	722	750	774	864	7986
Açúcar	15	17	17	22	25	27	29	30	30	31	38	38	319
Nescafé descafeinado	5	5	6	5	9	9	7	11	11	12	12	15	107
Chocolate em pó	0	-	0	1	2	1	1	1	2	1	1	1	11
Chá	0	-	0	0	28	1	1	1	2	2	2	2	39
Café solúvel	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Lata Fruta	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	6
Chocapic	4	4	2	5	3	4	5	2	12	8	12	12	73
Oleo Diadermine	14	-	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	32
Mascars Gliss	14	-	0	18	14	0	18	0	0	12	0	0	76
Leite crescimento	0	4	12	12	12	12	12	0	0	0	0	0	64
Leite magro 1L	0	-	12	12	12	12	12	12	24	12	12	12	132
Leite S/Lactose 1L	-	-	12	12	12	18	18	18	18	18	30	30	186
Congelados	-	-	130	160	120	150	180	170	90	45	30	80	1155
Corn Flakes recheados	0	0	0	0	31	24	12	0	8	0	0	0	75
Bolacha Variadas	-	-	-	-	-	150	140	160	110	88	70	120	838
Macãs	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	240	240
Total:	1119	1125	1420	1567	1701	1785	1969	1396	1810	1782	2060	2146	19880
Banco Alimentar Kg	282,6	312,2	502,5	455,2	521,9	489,1	593,6	727,7	600,6	804,1	793,3	561	6644

Gota a Gota-Grupo de Ação Social

Artigos doados em janeiro 2022

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº1	5	Farinha Láctea (Cerelac)	26
Fraldas Nº4 (Dodot)	2	Flocos Cereais / Mel	81
Fraldas Nº3	7	Cereais/Corn Flakes	47
Fraldas Nº4	11	Atum	102
Fraldas Nº5	9	Salsichas	102
Fraldas Nº6	23	Tomate	3
Fraldas adultos S	1	Cogumelos	2
Fraldas adultos M	4	Massa	45
Fraldas adultos L	4	Esparguete	45
Cuecas adultos L	4	Arroz	45
Toalhitas	42	Grão e Feijão	90
Oleo Johnson	1	Azeite	3
Shampoo + Gel	9	Oleo	39
Shampoo	42	Leite c/choc. (200ml)	16
Dentifricio	43	Leite UHT Meio Gordo 1L	834
Desodorisante	42	Açúcar	42
Papel Higiénico	24	Nescafé descafeinado	18
Shampoo	42	Chocolate em pó	1
Bolacha Maria/Torrada	76	Chá	4
Aptamil/Nan-Nº 1	2	Café	1
Aptamil/Nan-Nº 2	2	Lata Fruta	5
Aptamil/Nan-Nº 3	3	Chocapic	12
Aptamil/Nan-Nº 4	6	Leite magro 1L	12
Aptamil/Nan-Nº 5	2	Leite S/Lactose 1L	30
Fruta Pack + boiões	11	Congelados	1155
NAN-HA1	1	Bolachas variadas	42
Total de artigos doados:	2191		
Banco Alimentar:	637,4Kg		

FABRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA SAPA

SAPA

Cant. N.º 508 172 187

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

QUEIJADAS DA SAPA SINTRA

Walla do Ducho, 12

Tel. 21 9230493

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



Ensinos da Igreja

P. Jorge Doutor

Continuamos a publicar a recente Carta Apostólica de 8 de dezembro de 2020, sobre São José.

CARTA APOSTÓLICA PATRIS CORDE DO PAPA FRANCISCO

3. Pai na obediência

De forma análoga a quanto fez Deus com Maria, manifestando-Lhe o seu plano de salvação, também revelou a José os seus desígnios por meio de sonhos, que na Bíblia, como em todos os povos antigos, eram considerados um dos meios pelos quais Deus manifesta a sua vontade.

José sente uma angústia imensa com a gravidez incompreensível de Maria: mas não quer «difamá-la», e decide «deixá-la secretamente» (Mt 1, 19). No primeiro sonho, o anjo ajuda-o a resolver o seu grave dilema: «Não temas receber Maria, tua esposa, pois o que Ela concebeu é obra do Espírito Santo. Ela dará à luz um filho, ao qual darás o nome de Jesus, porque Ele salvará

o povo dos seus pecados» (Mt 1, 20-21). A sua resposta foi imediata: «Despertando do sono, José fez como Lhe ordenou o anjo» (Mt 1, 24). Com a obediência, superou o seu drama e salvou Maria.

No segundo sonho, o anjo dá esta ordem a José: «Levanta-te, toma o menino e sua mãe, foge para o Egito e fica lá até que eu te avise, pois Herodes procurará o menino para o matar» (Mt 2, 13). José não hesitou em obedecer, sem se questionar sobre as dificuldades que encontraria: «E ele levantou-se de noite, tomou o menino e sua mãe e partiu para o Egito, permanecendo ali até à morte de Herodes» (Mt 2, 14-15).

No Egito, com confiança e paciência, José esperou do anjo o aviso prometido para voltar ao seu país. Logo que o mensageiro divino, num terceiro sonho – depois de o informar que tinham morrido aqueles que procuravam matar o menino –, Lhe ordena que se levante, tome consigo o menino

e sua mãe e regresses à terra de Israel (cf. Mt 2, 19-20), de novo obedece sem hesitar: «Levantando-se, ele tomou o menino e sua mãe e voltou para a terra de Israel» (Mt 2, 21).

Durante a viagem de regresso, porém, «tendo ouvido dizer que Arquelau reinava na Judeia, em lugar de Herodes, seu pai, teve medo de ir para lá. Então advertido em sonhos – e é a quarta vez que acontece – retirou-se para a região da Galileia e foi morar numa cidade chamada Nazaré» (Mt 2, 22-23).

Por sua vez, o evangelista Lucas refere que José enfrentou a longa e incómoda viagem de Nazaré a Belém, devido à lei do imperador César Augusto relativa ao recenseamento, que impunha a cada um registrar-se na própria cidade de origem. E foi precisamente nesta circunstância que nasceu Jesus (cf. 2, 1-7), sendo inscrito no registo do Império, como todos os outros meninos.

São Lucas, de modo particular, tem o cuidado de assinalar que os pais de Jesus observavam todas as prescrições da Lei: os ritos da circuncisão de Jesus, da purificação de Maria depois do parto, da oferta do primogénito a Deus (cf. 2, 21-24).

Em todas as circunstâncias da sua vida, José soube pronunciar o seu «fiat», como Maria na Anunciação e Jesus no Getsémani.

Na sua função de chefe de família, José ensinou Jesus a ser submisso aos pais (cf. Lc 2, 51), segundo o mandamento de Deus (cf. Ex 20, 12).

Ao longo da vida oculta em Nazaré, na escola de José, Ele aprendeu a fazer a vontade do Pai. Tal vontade tornou-se o seu alimento diário (cf. Jo 4, 34). Mesmo no momento mais difícil da sua vida, vivido no Getsémani, preferiu que se cumprisse a vontade do Pai, e não a sua, fazendo-Se «obediente até à morte (...) de cruz» (Flp 2, 8). Por isso, o autor da Carta aos Hebreus



conclui que Jesus «aprendeu a obediência por aquilo que sofreu» (5, 8).

Vê-se, a partir de todas estas vicissitudes, que «José foi chamado por Deus para servir diretamente a Pessoa e a missão de Jesus, mediante o exercício da sua paternidade: desse modo, precisamente, ele cooperou no grande mistério da Redenção, quando chegou a plenitude dos tempos, e é verdadeiramente ministro da salvação».

Senhor, Eu Sei...

Sei que És o Caminho...

Guia os meus passos desorientados, indecisos e com medo.

Guia também aqueles mais serenos e confiantes.

Ajuda-me a avançar para novos horizontes e a construir em cada passo um mundo novo.

Sei que És a Verdade...

Ilumina a minha vida tanto de noite como de dia.

Afasta-me das trevas, da mentira e do egoísmo.

Ajuda-me a saber Partilhar, Acolher e Perdoar.

Sei que És a Vida...

Transforma o meu coração em Amor e ajuda-me a abri-lo aos outros e a Ti.

Ajuda-me a ser livre e a aceitar o desafio de semear a verdade.

Esse desafio, Senhor, ficará completo quando o Homem se aceitar como sendo um pequeno tijolo na construção de um mundo que é de todos e, então sim, tudo será diferente.

Nessa altura haverá **Partilha!**

Haverá **Dar e Receber:**

Dar:

As minhas mãos para ajudar a levantar.

Os meus ouvidos para escutar os problemas dos outros.

A minha boca para dizer palavras de conforto.

Os meus olhos para ver as situações por que passo.

O meu coração porque é nele que se encontra duas das palavras mais bonitas – Amor e Amizade.

Receber:

As mãos dos outros como alguém que me quer ajudar.

Os ouvidos dos outros como alguém com quem possa desabafar.

A boca dos outros como alguém que me conforta com palavras amigas.

Os olhos dos outros como alguém que me vê igual a si.

O coração dos outros como alguém que se dá.

Elisa Santos

Encontro Mundial das Famílias

Pastoral da Família



Decorreu há poucos dias mais uma reunião da Pastoral da Família, feita pelo sistema ZOOM, abrangendo toda a Diocese e durante essa reunião foi divulgado o programa para o X Encontro Mundial das Famílias que se realiza em Roma de 22 a 26-jun-2022. Os vários eventos serão transmitidos em direto a partir de Roma (Festival das Famílias, Congresso Pastoral, Missa do Papa, etc.) .

O ENCONTRO EM ROMA

Dia	Manhã	Tarde	Noite
Quarta, 22-jun Abertura do Encontro		Festival da Família em Roma	
Quinta, 23-jun Amor na Família	IGREJA DOMÉSTICA E SINODALIDADE I PAINEL: Cônjuges e padres juntos para construir a Igreja II PAINEL: Jovens e idosos juntos pela Igreja do amanhã	AMOR DE FAMÍLIA: MARAVILHOSO E FRÁGIL I PAINEL: Amor em família na provação II PAINEL: Acompanhamento da paternidade e maternidade	
Sexta, 24-jun Vocação	IDENTIDADE E MISSÃO DA FAMÍLIA CRISTÃ I PAINEL: Ser cristão na era digital II PAINEL: Vocação e missão nas periferias existenciais	PREPARAÇÃO PARA O CASAMENTO I PAINEL: Formar acompanhadores e formadores: leigos, padres e seminaristas II PAINEL: Comunhão familiar, uma forma de comunhão eclesial	
Sábado, 25-jun Caminho de Santidade	FAMÍLIA CAMINHO DE SANTIDADE I PAINEL: Caminhos de santidade II PAINEL: Cônjuges e famílias: a santidade na vida quotidiana	Missa do Papa	
Domingo, 26-jun Envio do Papa	Ângelus do Papa / Envio		

Como a maior parte de nós não se pode estar a deslocar a Roma em junho para este Encontro das Famílias, o Papa propõe que cada Igreja viva esta experiência sinodal, com a contribuição das famílias, em encontros diocesanos e paroquiais, que terão de ser preparados com criatividade. Assim, cada diocese / paróquia é convidada a promover encontros locais, nas mesmas datas do encontro de Roma, e o Papa pede que as famílias sejam o centro e que, na preparação destes encontros sejamos dinâmicos e criativos. Na nossa Diocese, esse encontro será feito paróquia a paróquia nos mesmos dias e no dia 26 toda a Diocese se concentrará na Festa das Famílias na Vialonga. o programa será assim:

Dia 22 de Junho, quarta-feira: abertura do Encontro sendo esta assinalada em todas as Paróquias. Para isso no Domingo anterior deve ser mencionada durante a Eucaristia, oferecendo a Eucaristia por esta intenção, e havendo uma intenção especial na oração dos fiéis.

Dia 23 de Junho, poderia ter lugar um serão organizado pelos jovens de forma a incorporar neste Encontro Mundial das Famílias a temática das Jornadas Mundiais da Juventude.

No sábado, dia 25 de junho, poderia fazer-se um Congresso local, presencial (com transmissão nas redes sociais), que aborde temas relacionados com a família e os

jovens em ligação com as JMJ. No sábado de tarde poderia ser retransmitida a missa do Papa.

No Domingo dia 26 é quando acontece a Festa das Famílias da Diocese de Lisboa na Vialonga.

O ENCONTRO NA DIOCESE DE LISBOA (ALGUMAS IDEIAS)

Dia	Manhã	Tarde	Noite
Quarta, 22-jun Abertura do Encontro		Abertura do Encontro nas Paróquias?	
Quinta, 23-jun Amor na Família			Evento JMJ 2023 ligado ao EMI
Sexta, 24-jun Vocação		Momentos de Oração?	
Sábado, 25-jun Caminho de Santidade	Congresso Teológico Pastoral?	Congresso Teológico Pastoral?	
Domingo, 26-jun Envio do Papa	Festa da Família (Vialonga)		

PROPOSTA DA DIOCESE: OFICINAS DA FAMÍLIA

A Fundação **Famílias comVida**, que nasceu da Pastoral da Família do Patriarcado de Lisboa, promove o projeto **"Oficinas da Família"** para as Paróquias cujas famílias queiram ter uma ação de sensibilização ou de aprofundamento de temas do seu interesse. Pretende construir este projeto em conjunto com cada Paróquia e na Paróquia com cada um, com cada família, pois cada um é protagonista na construção da sua família e da sociedade.

O que são: São sessões de sensibilização, de informação ou de formação sobre um tema do âmbito da vida da família e do interesse de quem vai assistir/participar. São realizadas online, muito embora os participantes possam estar juntos e em presença na paróquia. Objetivo: Têm o objetivo de possibilitar às famílias e seus membros, conhecimentos e ferramentas para a sua vida de todos os dias, úteis para o seu desenvolvimento e fortalecimento, apoiando as famílias para serem protagonistas disso mesmo, num caminho em relação uns com os outros, com Deus e com a sua comunidade.

Para quem são: Temos dois tipos de Oficinas da Família com 2 públicos-alvo diferentes:

1. para todas as pessoas de qualquer família, mas as Oficinas da Família são pensadas de acordo com os interesses das pessoas, nesse sentido, cada oficina terá um público-alvo específico.

2. para quem acompanha casais, crianças, jovens e famílias (agentes da pastoral, catequistas, chefes de escuteiros, etc.)

Contactos (para pedir uma Oficina para a sua Paróquia ou grupo, ou para saber que Oficinas se estão a realizar para poder participar):

• oficinasdafamilia@familiascomvida.pt | Telem: 910 172 948

Vamos então começar a preparar a Festa das Famílias quer na Paróquia quer colaborando com a Diocese.

Diácono Vasco

Janeiro de 2022

O CRUZ ALTA ESTÁ DE PARABÉNS, FAZ 19 ANOS DE EXISTÊNCIA



UM BEM HAJA A TODOS AQUELES QUE, MENSALMENTE, CONTINUAM A FAZER COM QUE ESTE MEIO DE INFORMAÇÃO, CONTINUE A DIVULGAR, O QUE DE MAIS IMPORTANTE ACONTECE NA UPS. QUE DEUS NOS CONTINUE A ILUMINAR.

PARTICIPAÇÃO DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA NO SÍNODO 2021-2023

Participação dos Grupos e Lugares da Unidade Pastoral de Sintra

Tendo por base a questão fundamental do processo sinodal:

«Uma Igreja sinodal, ao anunciar o Evangelho, “caminha em conjunto”: como é que este “caminho em conjunto” está a acontecer hoje na nossa Diocese, paróquia, comunidade, grupo...?; que passos é que o Espírito nos convida a dar para crescermos no nosso “caminhar juntos”?»,

e como a sinodalidade está ao serviço da missão da Igreja, este é um momento em que todos os seus membros são chamados a participar, refletindo e procurando respostas para esta questão.

Além disso, e tendo em conta este apelo do Papa Francisco para colaborarmos na preparação do Sínodo dos Bispos, no sentido de a Igreja caminhar sinodalmente, ou seja, em conjunto, e não em fações separadas ou opostas, convidamos os Grupos/Lugares/Serviços da UPS a debaterem e a responderem também a outras questões designadamente:

O que tem de melhor ou acham que deve persistir / o que tem de pior ou gostariam de ver mudar

- na Igreja Católica (universal)
- na Diocese de Lisboa
- na Unidade Pastoral de Sintra

Solicita-se que os Grupos e Lugares da U.P.S. dinamizem o processo que conduza à resposta a estas e outras questões que entendam relevantes para o Sínodo e para a vida da Igreja.

Lembra-se que a resposta, em texto ou por tópicos, apenas dispõe de uma página A4 (com tamanho de letra e espaçamentos “normais”). Deve ser entregue até 28 de Fevereiro.

Mais informações e documentação sobre o Sínodo:

- No Patriarcado de Lisboa: https://www.patriarcado-lisboa.pt/site/index.php?cont_=40&tem=526
- Na Conferência Episcopal Portuguesa: <https://www.conferenciaepiscopal.pt/v1/>
- Na Santa Sé: <https://www.synod.va/en.html>



CINTRAMÉDICA

TESTE COVID-19

ANÁLISE PCR e TESTE RÁPIDO DE ANTIGÉNIO

Acabe com as dúvidas

Aceda a cintramédica.pt e marque já o seu teste de forma simples e rápida.

MARCAÇÃO ONLINE

CINTRAMÉDICA

Laboratório de Análises Clínicas • Cintramédica, Lda • Santa • NIF: 5091 213 919 • Licença de Funcionamento: 77467003

HISTÓRIA DE VIDA: Estefânia de Sá

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Estefânia Irene Duarte dos Santos de Sá, mais conhecida por Faniinha, nasceu a 17 de novembro de 1944 na freguesia de Santa Maria e São Miguel de Sintra, na mesma casa onde ainda hoje mora. É filha única. O pai era de Colares e a mãe de Casal de Pianos, no Magoi-to (freguesia de S. João das Lampas), terras de onde eram também os seus avós. O pai contruía alfaias agrícolas em ferro e em madeira, e o pai dele, avô da Estefânia, foi quem inventou o serrote típico para a poda das vinhas de Colares. A mãe foi sempre dona de casa.

Estefânia frequentou a Escola do Morais na instrução primária e depois foi aprender bordados, na mesma rua onde mora. Era o seu sonho e chegou a tirar um curso. Mais tarde aprendeu artes decorativas, como pintura e estanho. Tem feito algumas pinturas, mas não as costuma divulgar. Também sabe costura, mas isso aprendeu com uma tia que era modista. Trabalhou sempre em casa porque o pai não queria que trabalhasse fora. Teve a catequese na Escola do

Morais, com a catequista D. Maria das Dores. Fez a 1ª Comunhão e a Comunhão solene na igreja de Santa Maria e o Crisma na de São Martinho.

Começou a namorar aos 19 anos e casou aos 20 (foi um namoro de 17 meses). O padre que presidiu ao casamento pediu a bênção do Papa para eles e tiveram direito a receber um telegrama de Sua Santidade. O seu marido era de Viseu e conheceram-se num baile de máscaras no Sintrense, porque ele veio para a Força Aérea em Sintra. Já depois de casados, ele foi mobilizado para o Ultramar, ficando ela grávida, em Sintra, junto dos pais e da avó. Ele regressou a Sintra 11 meses depois e começou um curso de formação para subir na hierarquia, mas entretanto deixou as forças armadas para evitar ser mobilizado de novo para África. Foi então trabalhar para a Telesintra (Philips) porque era mecânico de rádio. Entretanto com a mudança de donos, despediu-se e foi para a Galucho onde ficou até à aposentação, que foi precoce devido a um

AVC. Dedicaram-se então os dois ao artesanato, que vendiam numa banca na feira de artesanato da Correnteza e chegaram a frequentar também a universidade sénior. Ele veio a falecer com 57 anos, a dois dias do seu aniversário.

Tiveram 2 filhos rapazes com 4 anos de diferença. A mãe e a avó de Estefânia foram uma grande ajuda na criação dos filhos. Eles fizeram catequese em S. Martinho. O mais velho casou na igreja dos Anjos em Lisboa e o mais novo na igreja de Santa Maria. Ambos vivem no Lourel. Agora Estefânia tem 4 netos, 3 rapazes e 1 menina, 2 de cada filho.

Os pais de Estefânia eram católicos mas iam à Missa sobretudo nas festas. A Estefânia frequentava a igreja de Santa Maria, enquanto não fechou, e depois a de S. Martinho. Colaborou nas festas de Nossa Senhora do Cabo de Santa Maria e São Miguel, no Bairro das Flores, logo aos 15 anos, mas só se envolveu mais a fundo nas atividades da Paróquia quando foi preciso angariar fundos para a



construção da nova igreja de S. Miguel. A primeira reunião foi na adega da Nelinha e desde essa altura sempre ajudou em tudo o que era preciso, e só não foi vender rifas para outras paróquias porque não podia deixar o marido que estava já doente. No grupo das senhoras da costura (2 Émes) está desde a sua fundação. Depois da inauguração da igreja, fez parte do grupo que fazia o peditório na Missa, cujas responsáveis eram a D. Celeste Belém e a D. Antonieta e agora é a responsável pelo peditório de Do-

mingo. Também fez parte da equipa dos arranjos das flores da igreja durante muitos anos, até ao final do ano passado.

A Paróquia é uma comunidade viva, feita de pessoas concretas que nela se comprometem. A Faniinha faz parte desta comunidade de São Miguel e nela foi deixando a sua marca com os serviços que generosamente foi prestando ao longo da vida. Que as novas gerações também se comprometam, para que a comunidade não perca vitalidade!

JMJ Lisboa 2023

Carta por ocasião dos três anos do anúncio da JMJ em Lisboa

Três anos depois e ano e meio pela frente! Três anos depois da indicação de Lisboa para local da próxima Jornada Mundial da Juventude, temos antes de mais de agradecer ao Papa Francisco por ter feito tal escolha. O grande aplauso que coroou o anúncio, quando foi feito no final da Jornada do Panamá, em janeiro de 2019, ainda ecoa nos que o ouvimos como incentivo à grande realização já em curso. Neste momento já está completo e ativo o quadro geral da preparação da JMJ Lisboa 2023. Das paróquias às vigararias, das vigararias às dioceses e de todas estas ao COL, são milhares de jovens os que pelo país inteiro se integram ativamente, neste caminho também ele sinodal. Como Maria, também partimos já e apressadamente para o grande encontro que faremos.

O que se passa mensalmente em cada dia 23, comunidade a comunidade, o que vai acontecendo com a passagem da Cruz e do Ícone de Nossa Senhora pelas dioceses, a dinamização da pastoral juvenil que tudo isto incentiva, tudo isto e muito mais é a JMJ em ação.

A próxima instalação da sede da JMJ em instalações amplas e mais propícias ao encontro de organizadores e voluntários, a colaboração mais intensa dos organismos autárquicos e públicos e a crescente informação sobre o que se faz e planeia para o próximo ano e meio, tudo vai fazendo da Jornada um grande motivo e incentivo para os jovens de aquém e além-fronteiras.

O hino já é cantado em muitas línguas nos vários continentes. As notícias circulam crescentemente nos media e nas redes. Como tudo o que é autenticamente cristão, a oração intensifica-se e garante que a JMJ será realmente o que Deus quer. Os padroeiros, tanto os geralmente conhecidos, como os que nasceram em Lisboa e subiram aos altares, estão realmente conosco e garantem que é possível fazer desses dias de agosto de 2023 a grande ocasião de encontro e relançamento evangélico da juventude mundial.

Prossigamos pois, criando o futuro!

Convosco,

+ Manuel Clemente, Cardeal-Patriarca de Lisboa



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

OS DOIS PÁSSAROS

Dois pássaros estavam muito felizes sobre a mesma planta, um deles estava mais acima e o outro mais abaixo. Passado algum tempo, o pássaro que estava mais acima disse para o outro:

- Que lindas são estas folhas verdes!

O pássaro que estava mais abaixo respondeu irritado:

- Estás cego? Não vês que são brancas?

O de cima continuou:

- Tu é que estás cego. São verdes!

Continuou o outro:

- Aposto contigo que são brancas. Tu não percebes nada de folhas de árvores!

O pássaro de cima, irritado com esta discussão, atirou-se para cima do adversário, para lhe dar uma lição. O outro não se moveu. Quando estavam próximos um do outro, tiveram a lealdade de olharem os dois para cima, na mesma direção, antes de começar o duelo.

O pássaro que tinha vindo de cima ficou surpreendido:

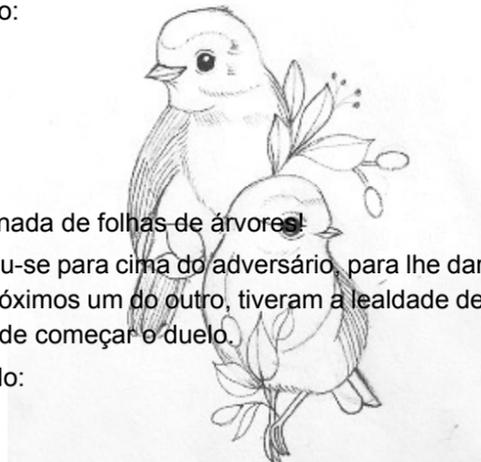
- Que estranho! Afinal são brancas!

E convidou o seu amigo:

- Vem cá acima, onde eu estava antes.

Voaram para o ramo do alto e desta vez disseram os dois em coro:

- Que estranho! Afinal são verdes!



"Educar contando - Edições Salesianas"

Imagem para colorir

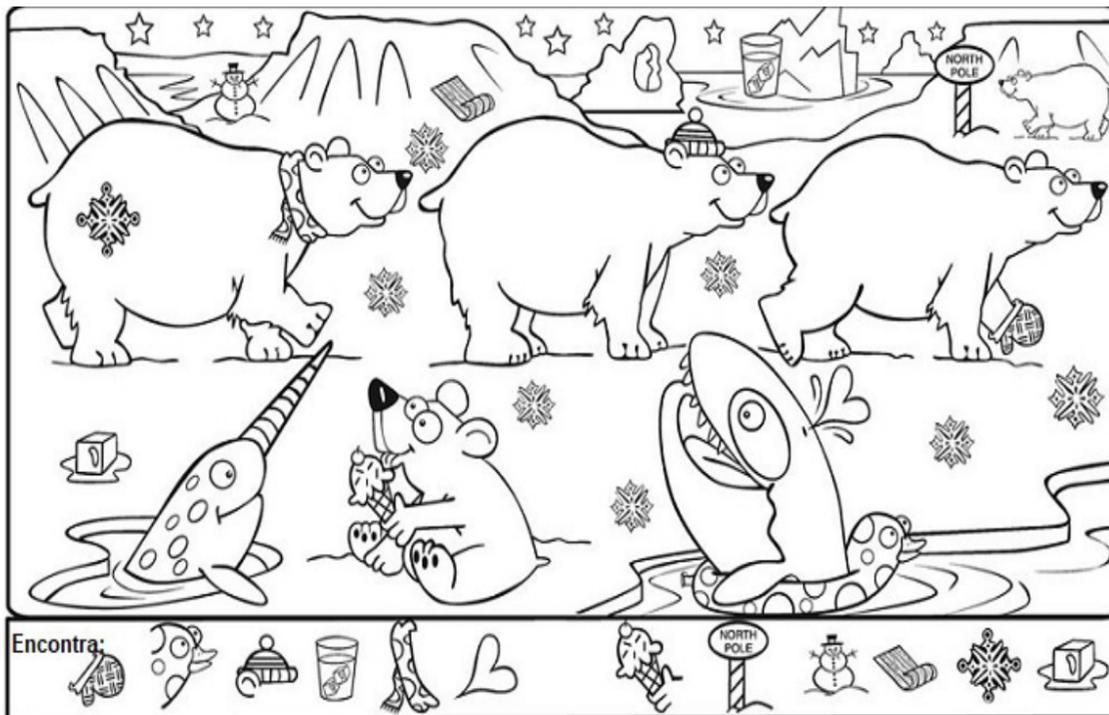


Sopa de letras - Serras de Portugal

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

- Estrela Gerês Larouco Montesinho Marão
 Peneda Montemuro Caramulo Aire Arrábida
 Pico Monchique Caldeirão Gardunha

Procura que encontras



Descobre as 7 diferenças



Sudoku - puzzle

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

Contigo Jesus, vencemos as tentações

Teresa Santiago

Jesus, muito me consola pensar nas tuas tentações! Foste igual a nós em tudo menos no pecado. Jesus, foste tentado três vezes pelo diabo; as três tentações indicam três caminhos que o mundo propõe, prometendo grandes sucessos, para nos enganar. São três caminhos que nos levam à ruína.

Primeira, a avidez da posse. É sempre esta a lógica insidiosa do diabo... Ele começa pela natural e legítima necessidade de se nutrir, de viver, de se realizar, de ser feliz, para nos fazer acreditar que tudo isso é possível sem Deus; até contra Ele. Mas Jesus opõe-se, dizendo:

"Nem só do pão vive o homem". Jesus afirma que deseja abandonar-se com plena confiança à providência do Pai, que cuida dos seus filhos.

Parece a tentação de ter mais, ter melhor riqueza, do bem estar. Loucura desenfreada de uma cobiça que leva tantos a negócios menos limpos, a fraudes, a subornos. É o ter dinheiro, mais vaidades, mais possibilidade de manobrar, de se impor...

Segunda: o caminho da glória humana. O diabo diz: "Se te prostrares diante de mim, tudo será teu." Podemos perder qualquer dignidade pessoal, deixarmos-nos corromper pelos ídolos do dinheiro, do sucesso e do poder, do triunfalismo: "Todos te adorariam". Vaidade das vaidades, tudo é vaidade! Como gostamos de ser elogiados, gostamos que nos dêem importância! Como é difícil, Jesus, sermos como Tu, simples e pobres, percebendo que o

maior é o que serve! Como o nosso orgulho se deixa alimentar daquilo que não mata a fome, nem a sede! Tudo oco, tudo vaidade, tudo triunfalismo barato, cheio de sentimentos de auto-suficiência. Isto leva-nos a comportarmos-nos como "pavões", com vaidade; mas tudo acaba. Por isso, Jesus responde: "Ao Senhor teu Deus adorarás, só a Ele prestarás culto".

Terceira: o diabo que, citando as Escrituras, O convida a pedir a Deus um milagre extraordinário. Jesus opõe de novo a firme decisão de permanecer humilde e confiante no Pai: "Não tentarás o Senhor Teu Deus".

Assim, rejeita a tentação, talvez mais subtil: "querer puxar Deus para o nosso lado", pedindo-Lhe graças que servem para satisfazer o nosso orgulho. A tentação do poder, da violência, do ódio, do desemprego.

Nalguns, a violência das armas, do terrorismo, de assassinios, do poder criminoso. Nas Tuas tentações, Jesus, venceremos as nossas! Com a Tua Palavra, como Tu, venceremos o inimigo.

Estes são caminhos que se apresentam diante de nós com a ilusão do poder, de obter sucesso e felicidade. Mas, na realidade, eles são totalmente alheios ao modo de agir de Deus: de facto, separam-nos de Deus, porque são obras de Satanás. Jesus, enfrentando estas provações, vence três vezes a tentação, para aderir ao projecto do Pai. Indica-nos os remédios: a vida interior, a fé em Deus, a certeza do Seu amor, que Deus nos ama, porque é Pai e, com esta



certeza, venceremos qualquer tentação. Jesus ensina-nos: "A obra de Deus é esta: crer naquele que Ele enviou", ou seja, a fé n'Ele, apenas n'Ele, a confiança n'Ele e não nas outras coisas que acabariam por nos levar para longe d'Ele. "A obra de Deus é esta: crer naquele que Ele enviou", crer n'Ele.

Há um aspecto interessante: Jesus, ao responder ao tentador, não entra em diálogo, mas respondeu aos três desafios só com a Palavra de Deus.

Que pena tenho de não poder saborear bem as Tuas tentações no Horto!

Nessa noite de trevas, sofreste todas as nossas tentações, de toda a espécie, para nos salvares.

Mergulhado no mundo das tentações assumes tudo o que é nosso, de fragilidade e de pecado, para nos remires. Quanto te devemos, Jesus!...

Quanto te devemos, Senhor!... Obrigada pelas Tuas tentações... Que elas sejam escolas da nossa libertação.

Que Contigo sejamos vencedores...

Intenção do Papa

Feveiro 2022



Pelas religiosas e consagradas

Rezemos pelas religiosas e consagradas, agradecendo-lhes a sua missão e a sua coragem, para que continuem a encontrar novas respostas diante dos desafios do nosso tempo.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direcção Técnica de

FARMÁCIA
MARRAZES

Dra. Célia Maria Simões Casinhas

Horas Seg - Sex: 8:45 - 20:00
Sáb: 9:00 - 13:00

Largo Afonso de Albuquerque, n.º 24 - Estefânia
2710 - 519 SINTRA

Telefone: 21 923 00 58

Calendário Litúrgico - Fevereiro 2022 - Ano C

	Dia 6	Dia 13	Dia 20	Dia 27	TEMPO COMUM  "O Tempo Comum propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspecto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos."
	5.º DOM. T. Comum	6.º DOM. T. Comum	7.º DOM. T. Comum	8.º DOM. T. Comum	
Leitura I	Is 6, 1-2a.3-8	Jer 17, 5-8	1 SA 26, 2.7-9.12-13	Sir 27, 5-8	
	«Eis-me aqui: podeis enviar-me»	«Maldito quem confia no homem; bendito quem confia no Senhor»	«O Senhor entregou-te nas minhas mãos, mas eu não quis atentar contra ti»	«Não elogies ninguém antes de ele falar»	
Salmo	137, 1-2a.2bc-3.4-5.7c-8	1, 1-2.3.4.6	102, 1-2.3-4.8.10.12-13	91, 2-3.13-14.15-16	
	«Na presença dos Anjos, eu Vos louvarei, Senhor.»	"Feliz o homem que pôs a sua esperança no Senhor".	"O Senhor é clemente e cheio de compaixão."	"É bom louvar o Senhor."	
Leitura II	1 Cor 15, 1-11	1 Cor 15, 12.16-20	1 Cor 15, 45-49	1 Cor 15, 54-58	
	«É assim que pregamos e foi assim que acreditastes»	«Se Cristo não ressuscitou, é vã a vossa fé»	«o homem que veio do Céu é o modelo dos homens celestes»	«Deu-nos a vitória por Jesus Cristo»	
Evangelho	Lc 5, 1-11	Lc 6, 17.20-26	Lc 6, 27-38	Lc 6, 39-45	
	«Deixaram tudo e seguiram Jesus»	"Bem-aventurados os pobres. Ai de vós, os ricos"	«Sede misericordiosos, como o vosso Pai é misericordioso»	«A boca fala do que transborda do coração»	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Fevereiro

MISSA DOMINICAL

SÁBADO (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
11H30	Capela de Monte Santos (Ir. Clarissas)
11H45	Linhó (Capela das Irmãs Doroteias)
12H00	Ramalhão (Capela das Irmãs Dominicanas)
19H15	Igreja de S. Martinho

MISSA FERAL*

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
09H00					S.Miguel	
11H30	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos
12H00						Ramalhão
13H00				H. CUF Sintra		
18H00	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
18H15	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	
19H00	S.Miguel	S.Pedro	S.Miguel	S.Miguel		
19H30			S. Martinho (em Ucraniano)			

* De 2ª a 6ª feira, em S. Pedro e S. Miguel há possibilidade de atendimento de confissão, antes ou após a Missa, consoante o horário.

Dia 2 – Quarta-feira- Apresentação do Senhor

Dia de oração pelos Consagrados

Dia 3 – Quinta-feira da semana IV

16.00h Enc. Oração de Renovamento Carismático
21.00h Ultreia dos Cursistas online

Dia 4 – Sexta-feira- S. João de Brito

09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel
21.15h Encontro de Grupo de Jovens da UPS

Dia 5 – Sábado -Sta. Águeda

21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 6 – Domingo V do Tempo Comum

Dia 7 – Segunda-feira- Cinco Chagas do Senhor

Dia 8 – Terça-feira da semana V

21.15h Reunião de Direção dos Escuteiros

Dia 9 – Quarta-feira da semana V

21.30h Reunião de Secretariado da Catequese

Dia 10 – Quinta-feira - Sta. Escolástica

10.00h Reunião de Clero da Vigararia
15.00h Celebração no Lar Asas Tap
16.00h Adoração - Renovamento Carismático
21.00h Reunião do COP da Jornada Mundial Juv.

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

Dia Mundial do Doente

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 12 – Sábado da semana V

Dia 13 – Domingo VI do Tempo Comum

Aniversário do P. Jorge Doutor

Dia 14 – Segunda-feira - S. Cirilo e S. Metódio (Ar

Dia 15 – Terça-feira da semana VI

21.00h Formação do Projecto Say Yes (Online)

Dia 17 – Quinta-feira da semana VI

12.00h Missa em S. Martinho, em inglês.
16.00h Oração do Renovamento Carismático
21.00h Reunião do Secr. Permanente do C. Pastoral

Dia 18 – Sexta-feira - S. Teotónio

21.00h Reunião de Leitores da UPS
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 19 – Sábado da semana VI

21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

Dia 20 – Domingo VII do Tempo Comum

Dia 22 – Terça-feira da semana VII

Cadeira de S. Pedro

Dia 23 – Quarta-feira da semana VII

S. Policarpo

Dia 25 – Sexta-feira da semana VII

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 26 – Sábado da semana VII

Encontro Interdiocesano de Catequistas

Dia 27 – Domingo VIII do Tempo Comum

Peregrinação de Catequistas a Fátima

Mês de Março:

01 - Entrudo

02 - Quarta-Feira de Cinzas

- Início da Quaresma

Oração pelo Sínodo: Adsumus Sancte Spiritus

Eis-nos aqui, diante de Vós, Espírito Santo!

Eis-nos aqui, reunidos em vosso nome!

Só a Vós temos por Guia:
vinde a nós, ficai connosco,
e dignai-vos habitar em nossos corações.
Ensinai-nos o rumo a seguir
e como caminhar juntos até à meta.

Nós somos débeis e pecadores:
não permitais que sejamos causadores da desordem;
que a ignorância não nos desvie do caminho,
nem as simpatias humanas ou o preconceito nos tornem parciais.

Que sejamos um em Vós,
caminhando juntos para a vida eterna,
sem jamais nos afastarmos da verdade e da justiça.

Nós vo-lo pedimos
a Vós, que agis sempre em toda a parte,
em comunhão com o Pai e o Filho,
pelos séculos dos séculos.

Ámen.



Notícias dos Vicentinos

Rui Pereira



As contas da Conferência de S. Vicente de Paulo em 2021

conf.vicentina.penaferim@gmail.com Telf.- 912 192 999

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 ano de 2021 ficou novamente marcado pela pandemia de COVID-19, a qual teve como consequência uma difícil situação económica de muitas famílias, o que levou a uma preocupante crise social e ao consequente elevado número de pessoas que necessitaram do nosso auxílio, quer material, quer espiritual.

Foi, pois, neste contexto que a Conferência teve maioritariamente a sua intervenção, como instituição que tem por fim auxiliar os pobres e os mais necessitados da comunidade, procurando apoiá-los naquilo que for necessário. E são as actividades que consubstanciam essa intervenção, assim como os meios que foram postos à nossa disposição para as concretizar, que são descritos a seguir.

Todavia, devemos começar por agradecer a todos aqueles (pessoas e instituições) que ajudaram a Conferência ao longo do último ano, disponibilizando parte do seu tempo (tantas vezes escasso) e/ou oferecendo apoios materiais, permitindo materializar a razão da nossa existência: a ajuda aos mais carenciados.

Quanto aos vicentinos, somos agora 19 (dois dos anteriores deixaram de residir em Sintra), com a distribuição por idades indicada no Quadro abaixo:

QUADRO I – IDADES DOS VICENTINOS

41/50	51/60	61/70	mais de 70
2	6	6	5

Colaboram ainda directamente nas nossas actividades mais 11 voluntários (com idades compreendidas entre os 49 e os 82 anos). Sabendo-se que a idade dos vicentinos e colaboradores está, na sua maioria, acima dos 60 anos, fácil é constatar que existe uma clara necessidade de rejuvenescimento da nossa Conferência. Por isso, a entrada de vicentinos e colaboradores mais novos seria uma garantia de que a natural saída dos menos jovens estaria compensada, assegurando-se a continuidade do trabalho que tem vindo a ser realizado.

Relativamente aos apoios que prestámos em 2021, há a referir que foram envolvidas, em média, cerca de 55 famílias e mais de 135 pessoas. O tipo de apoios concedidos consta do Quadro seguinte:

QUADRO II - PRINCIPAIS TIPOS DE APOIOS

Alimentação	Saúde	Habitação
1210	459	28

Concretizando: a alimentação compreende a distribuição do Banco Alimentar; a saúde contém os apoios na aquisição de medicamentos e no pagamento de consultas e tratamentos; a habitação inclui o pagamento de rendas de casa e outras despesas domésticas (água, luz, gás).

Relativamente aos medicamentos, é de realçar o Protocolo realizado com a Associação Dignidade, a qual assume o pagamento integral dos medicamentos dos beneficiários referenciados que sejam participados pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS), pagando a Conferência 20% desta despesa. Todavia, continuámos a assumir o pagamento dos outros medicamentos que estão fora do SNS, mantendo os moldes anteriores.

Finalmente, importa mencionar que procuramos sempre minimizar as despesas administrativas necessárias à prossecução dos objectivos da Conferência, pelo que em 2021 elas tiveram apenas um valor correspondente a cerca de 1 % das receitas obtidas no ano.

É igualmente importante dar a conhecer quais foram as origens dos recursos da Conferência. Realça-se, mais uma vez, a generosidade das pessoas e entidades que confiaram à Conferência os meios indispensáveis para a concretização dos seus projectos.

De facto, continuámos a contar com o precioso apoio financeiro e material da nossa comunidade, desde os paroquianos e empresas com os seus donativos, até aos órgãos autárquicos com os respectivos programas de apoio às instituições de solidariedade da nossa terra.

São de destacar as valiosas ofertas nos peditórios à porta das igrejas da UPS (cerca de 32% das nossas receitas), os donativos e as quotas regulares dos nossos benfeitores.

Neste período, a Conferência contou também com as preciosas colaborações da Câmara Municipal de Sintra (um donativo para suprir dificuldades de tesouraria e o subsídio atribuído pelo Programa de Apoio Financeiro a Instituições Sem Fins Lucrativos do município - PAFI) e da União das Freguesias de Sintra (com o transporte de alimentos do Banco Alimentar de Lisboa, um donativo para suprir dificuldades de tesouraria e um subsídio no âmbito do Programa de Apoio ao Associativismo).

Destaque igualmente para o grupo de apoio social "Gota-a-Gota" da UPS, que fornece mensalmente alimentos (i.e., leite, papas, cereais), fraldas e toalhetes aos bebés e crianças das famílias apoiadas pela Conferência.

Contámos ainda com a colaboração de outras organizações na recolha de alimentos e outros bens, como os Rotários de Sintra, as Catequeses e o Grupo de Jovens da Unidade

Pastoral de Sintra, o Agrupamento de Escuteiros 1134 do CNE, de alguns supermercados da zona e da Iglo com uma grande quantidade de congelados.

Por outro lado, uma das receitas habituais é a que resulta das colectas efectuadas nas reuniões da Conferência. Naturalmente que, tendo em conta a crise sanitária, apenas se realizaram seis reuniões, pelo que o valor obtido foi anormalmente baixo. Pelo mesmo motivo, não se realizaram vendas, campanhas, quermesses, etc., que são outras das nossas origens de fundos.

No Quadro III abaixo estão as origens dos valores recebidos e são elencadas as actividades desenvolvidas pela Conferência de S. Vicente de Paulo, assim como o respectivo custo.

QUADRO III – MAPA DE RECEITAS E DESPESAS DE 2021

Receitas	
Coletas dos vicentinos efetuadas nas reuniões internas da Conferência	287.75€
Subscrições/quotas de benfeitores	550.00€
Peditórios à porta das igrejas da UPS	8 070.47€
Donativos particulares *	5 819.00€
Apoios da C M S e da Junta de Freguesia para dificuldades de tesouraria	1 750.00€
Apoio financeiro da C M S no âmbito do PAFI **	3 500.00€
Apoio financeiro da J. F. no âmbito do P.rog. de Apoio ao Associativismo	3 000.00€
Outras receitas consignadas a fins específicos (Banco A. e farmácia)	1 879.93€
Total	24 857.15€

Despesas	
Reforço dos cabazes do Banco Alimentar Contra a Fome	9 690.63€
Comparticipação no pagamento de despesas de saúde (medicamentos, etc.)	5 481.47€
Auxílio no pagamento de despesas com habitação	2 588.30€
Comparticipação na despesa com o alarme no edifício da Conferência e Casa P.	1 000.00€
Comparticipação nas despesas com IMI e AIMI das casas do P. dos Pobres	700.00€
Contribuição obrigatória para a Sociedade de S. Vicente de Paulo ***	529.31€
Despesas administrativas e de funcionamento da Conferência	294.84€
Outras despesas diversas	20.99€
Total	20 305.54€

Resultado final 4 551.61€

* Inclui um donativo único de 5 000.00€

** Programa de apoio financeiro às instituições Sem Fins Lucrativos Promotoras de Desenvolvimento Social e S.

*** Participação nas despesas da Soc. de S. Vicente de Paulo e para auxílio de outras Conf. em dificuldade.

O resultado líquido do ano de 2021 foi, assim, de **4.551,61 €** (quatro mil, quinhentos e cinquenta e um euros e sessenta e um centimos). Contudo, importa salientar que este saldo positivo apenas foi possível devido ao recebimento em Dezembro de um donativo particular de 5.000,00 €, o que permitiu realizar algumas despesas que não existiriam caso se pretendesse manter positivo o saldo final.

Finalmente, é nosso dever solicitar novamente a todos que **CONTINUEM A AJUDAR-NOS A AJUDAR**, certos de que **TUDO** o que recebermos é canalizado para os mais necessitados e fragilizados da Unidade Pastoral de Sintra (que corresponde geograficamente à área da União das Freguesias). De facto, sem o vosso contributo será muito difícil prosseguir a nossa missão de ajuda ao próximo que esteja em situação mais difícil.

Porque esta é uma tarefa de todos, pois a PARTILHA para com os pobres e os mais necessitados é uma obrigação cristã, como afirmou o Papa Francisco na sua mensagem para o IV Dia Mundial dos Pobres (14 de Novembro de 2021):

Toda a obra de Jesus afirma que a pobreza não é fruto duma fatalidade, mas sinal concreto da sua presença no nosso meio. Não O encontramos quando e onde queremos, mas reconhecemo-Lo na vida dos pobres, na sua tribulação e indigência, nas condições por vezes desumanas em que são obrigados a viver.

(...)

Jesus não só está do lado dos pobres, mas também partilha com eles a mesma sorte. Isto constitui também um forte ensinamento para os seus discípulos de todos os tempos. As suas palavras – «sempre tereis pobres entre vós» – pretendem indicar também isto: a sua presença no meio de nós é constante, mas não deve induzir àquela habitação que se torna indiferença, mas empenhar numa partilha de vida que não prevê delegações. Os pobres não são pessoas «externas» à comunidade, mas irmãos e irmãs cujo sofrimento se partilha, para abrandar o seu mal e a marginalização, a fim de lhes ser devolvida a dignidade perdida e garantida a necessária inclusão social. Aliás sabe-se que um gesto de beneficência pressupõe um benfeitor e um beneficiado, enquanto a partilha gera fraternidade. A esmola é ocasional, ao passo que a partilha é duradoura. A primeira corre o risco de gratificar quem a dá e humilhar quem a recebe, enquanto a segunda reforça a solidariedade e cria as premissas necessárias para se alcançar a justiça. Enfim os crentes, quando querem ver Jesus em pessoa e tocá-Lo com a mão, sabem aonde dirigir-se: os pobres são sacramento de Cristo, representam a sua pessoa e apontam para Ele.

Hermínia Dionísio - Presidente

Rui Pereira - Tesoureiro

Posição Lateral de Segurança

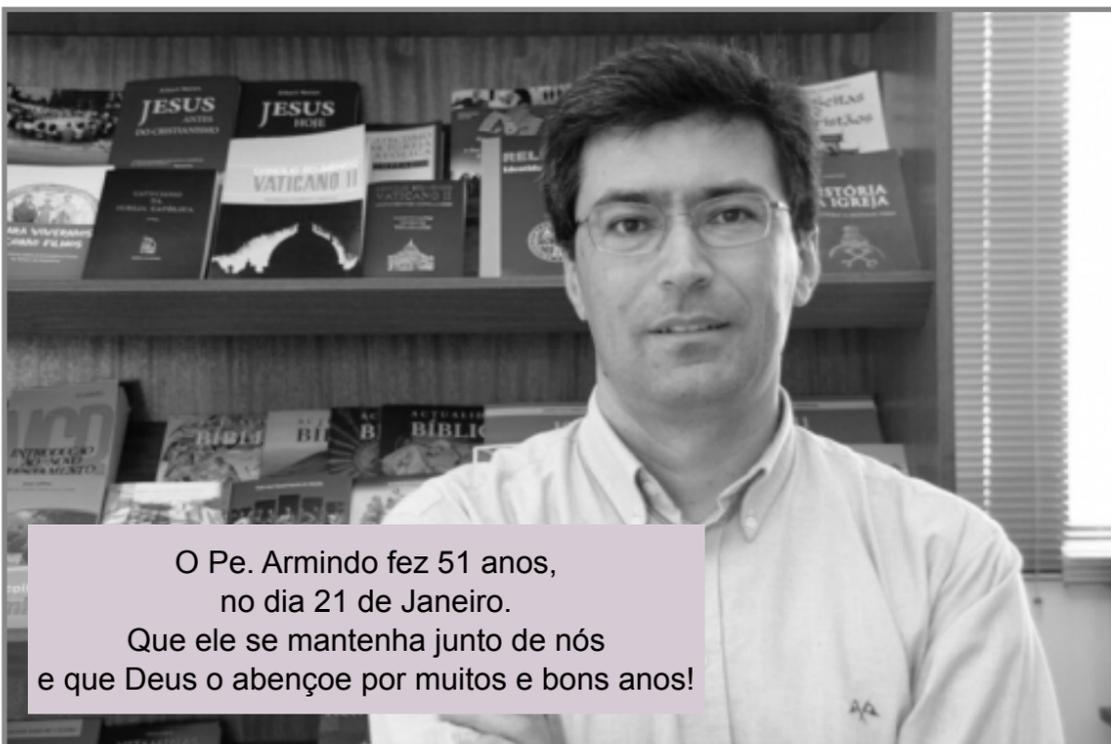


Se se deparar com uma vítima inconsciente, mas a respirar normalmente, e se não suspeitar de trauma, deve deitá-la na chamada "Posição Lateral de Segurança".

Nesta posição as vias aéreas ficam desimpedidas, garantindo que a queda da língua não impede a passagem de ar para os pulmões. Abandone a vítima apenas se necessário para ir chamar ajuda e avalie regularmente a vítima para assegurar que não há agravamento do seu estado clínico.

Siga estes passos:

- Ajoelhe-se e alinhe o corpo da vítima, que deve ficar com os braços estendidos ao longo do corpo. Retire-lhe óculos e objetos volumosos dos bolsos.
- Coloque o braço da vítima que está junto a si dobrado, com a palma da mão virada para cima e ao nível da cabeça.
- Permaneça onde está e pegue na outra mão da vítima. Dobre-lhe o braço por forma a cruzar o peito e a colocar as costas da mão na cara da vítima. Após este movimento, segure do lado oposto ao seu a perna da vítima na zona do joelho, levante-a e dobre-a.
- Utilize a perna dobrada para ajudar a rolar a vítima para o seu lado. Durante este movimento mantenha uma mão a apoiar a cabeça da vítima enquanto a faz rolar.
- Certifique-se que a vítima está a respirar.
- Ligue 112 e fique atento a alterações do estado da vítima enquanto aguarda pelo socorro.



O Pe. Armindo fez 51 anos,
no dia 21 de Janeiro.
Que ele se mantenha junto de nós
e que Deus o abençoe por muitos e bons anos!



ESTORES BANDARRA LDA

Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores

Recta da Granja, Lote 6
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.com

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: paroquias.sintra@gmail.com

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; Luiz Dionísio.

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@paroquias-sintra.pt

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense ::
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::
Tiragem deste número:
1500 exemplares



Santos do mês

Rita Gôja

São Metódio e São Cirilo "Os Santos Irmãos"

Celebra-se a 14 de Fevereiro a memória de São Metódio e São Cirilo, os santos irmãos do século IX.

Ambos nascidos na cidade de Tessalónica, Metódio, o irmão mais velho entre 815 e 820, e Cirilo, o irmão mais novo, terá nascido dez anos mais tarde. Filhos de pai com muitas posses, devido ao cargo que exercia na administração imperial, ambos reuniam todas as condições para uma carreira promissora. Metódio chegou a ser representante de província e Cirilo embora com várias oportunidades de carreira política terá recusado todas.

A ambição de grandiosidade não pairava no coração destes irmãos; recolhimento, silêncio e oração, estes eram os desejos do coração de ambos.

A rondar o ano 840 Metódio ter-se-há recolhido num mosteiro e Cirilo ter-se-á tornado secretário do Patriarca de Constantinopla, cargo que lhe deu oportunidade de estudar filosofia, e mais tarde ter-se-há encontrado com o seu irmão para juntos partilharem uma vida monástica.

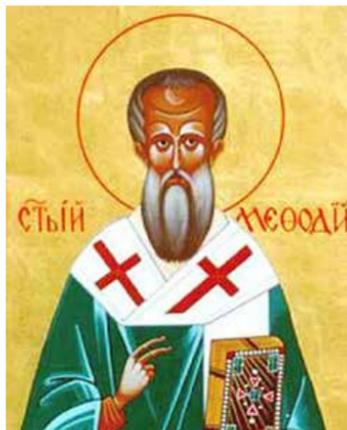
Na época a falta de entendimento sobre a fé cristã era grande, e com o desejo de saber mais, em 863, o príncipe da grande Morávia pediu ajuda para que lhe fosse dado este conhecimento. Metódio e Cirilo foram escolhidos para abraçar esta missão, para a qual terão reunido toda a documentação disponível na época.

Cedo, com menos de 30 anos, Cirilo ficou gravemente doente e entregou a sua alma a Deus, mas antes de morrer Cirilo temia pelo regresso de Metódio ao mosteiro: seu irmão tinha revelado grande

qualidade para o ensino na missão em Morávia. Pouco antes de partir, Cirilo dirigiu algumas palavras a Metódio: "Meu irmão, nós partilhámos da mesma sorte, eu agora vou cair no campo, está a terminar a minha jornada. Sei bem que amas a tua montanha, mas vê lá, não abandones a tua atividade de ensino para voltar à montanha. Na verdade, onde poderias tu alcançar melhor a tua salvação?"

Metódio passou o resto da sua vida dedicado às atividades pastorais, foi nomeado bispo e entre as várias iniciativas de divulgação da fé cristã, esteve vários anos dedicado a novas traduções da Bíblia para que os povos eslavos tivessem acesso à Palavra de Deus.

Metódio faleceu a 6 de Abril de 885 e no seu funeral compareceram multidões, do mais variado



possível, mulheres, homens, ricos, pobres, homens livres, escravos, viúvas, orfãos, estrangeiros, doentes, etc...

A 31 de Dezembro de 1980 o Papa São João Paulo II proclamou São Cirilo e São Metódio co-padroeiros da Europa.



À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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

No mês anterior a fotografia publicada era de uma lápide exposta no interior da igreja do Mosteiro da Penha Longa com a seguinte inscrição: "Na era de Nosso Senhor Jesus Cristo, de 1452, no dia de São João Batista começou a cantar-se nesta capela de Santa Maria (da Vitória) edificada no mosteiro de S. Jerónimo de Penha Longa, uma Missa perpétua pelas almas que Deus tem, do Rei D. João I e sua mulher D. Filipa e (pelas almas) de todos os seus filhos, netos e respetivos descendentes. (Esta capela é instituída) por António Anes, capelão-mor de D. João I e prior da igreja de São Martinho de Lisboa.

Pelas muitas doações feitas ao mosteiro se obrigam o prior Frei Clemente, o vigário Frei Martinho, o procurador Frei Fernando e todos os seus sucessores, segundo o costume do convento, a possuir e manter (esta instituição da capela e sepultura) rezando todos os dias uma missa pela alma dos reis e descendentes, uma missa pela alma de António Anes e de seu pai, mãe e todas as pessoas. (Esta capela é instituída) por reconhecimento pela sua nobre criação e mercês que delas recebeu.

(Pelos termos desta instituição, António Anes) se faz sepultar nesta capela escrita em Penha Longa por memorial de dez de Julho da era mencionada (1452).



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

SEDE Rua da Oliveira, 1 Aldeia Galega 2705-416 S. João da Lampas - SINTRA - quintinoemorais@mail.telepac.pt www.funerariaquintinoemorais.pt