



Distribuição Gratuita

Cruz Alta



Abril 2022

Edição nº 196 - Ano XX
Diretor: P. Armino Reis

www.paroquias-sintra.pt



UCRÂNIA
ORAÇÃO PELA PAZ E APOIO AOS REFUGIADOS

PÁGINAS CENTRAIS

Promessas Escutistas



Página 5

Rotary Club de Sintra
Recolha de Sangue



Página 6

Entrevista de Vida:
Babuxa



Página 10

Lançamento da 1ª pedra da
Igreja da Várzea - 10 de Abril

Página 3



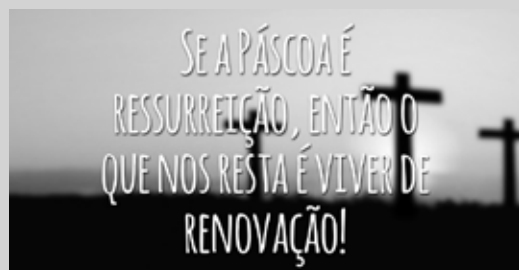
RETIRO QUARESMA
UNIDADE PASTORAL DE SINTRA
ORIENTADO PELO PADRE PETER STILWELL
3 DE ABRIL 9:30 ÀS 17:00 IGREJA DE SÃO MIGUEL



Editorial

José Pedro Salema

Páscoa é Ressurreição!



Aproveito sempre esta época, para fazer um exame de consciência de como está a minha vida e a relação dela com Deus e como Ele atua em mim. Não deixo de ficar surpreendido com a minha falta de fervor, com a minha frieza, como Deus nem sempre faz parte do meu dia-a-dia...

Nesta caminhada Pascal, quero sentir a mão carinhosa do amor misericordioso de Deus, Pai amigo, que não me desampara e que me acompanha, recordando-me que nunca estarei só, que não me deixará desviar do caminho por onde vou.

Vejo a dureza de uma Guerra, que é continuidade da Pandemia desoladora, que tantas vidas tem desperdiçado, num frenesim ensurdecador, em vidas sem sentido, onde não há lugar para Deus!

Quero saber levar dentro de mim, onde quer que esta estrada me conduza, a Tua presença, Senhor, para que eu consiga estreitar a minha relação pessoal contigo, que acompanhas a minha vida.

Nesta Páscoa quero caminhar, sentir-me um verdadeiro cristão, descobrir que o essencial do amor, o amor a Deus e o amor ao próximo, tentando imitar Jesus em todos os meus atos, senti-Lo dentro de mim.

Quero sentir na minha oração a presença de Deus em mim, para construir a minha existência e percorrer o meu caminho em comunhão com Cristo, que é Amor.

Que eu aprenda, tal como nos alerta o papa Francisco, que a minha vida interior se deve abrir aos outros, onde entrem os pobres, onde eu consiga ouvir a voz de Deus, sinta a alegria do Seu amor e deixe ferver em mim o entusiasmo de fazer o bem.

Meu Deus, dá-me Sabedoria para que eu encontre na Ressurreição, a razão de ser da nossa Vida!

Para todos, uma Santa Páscoa!



Os Nossos Padres

Pe. Armando Reis

A humanidade que não aprende

É triste ver uma guerra feroz despertar novamente na Europa. É triste a guerra seja onde for, mas nalgumas zonas do planeta já estávamos habituados e já não dávamos muita importância, até porque era longe de nós... (Síria, Palestina, Afeganistão, Yemen, Iraque, Moçambique, Sudão do Sul, Nigéria, Congo, Rep. Centro Africana, Mali, Etiópia, Eritreia, Sudão, Camarões, Myanmar, Haiti.).

Algumas são guerras tribais, de povos que não se reconhecem como irmãos. Outras são guerras meramente políticas, que nascem do despotismo dos líderes, como é o caso da invasão da Ucrânia pela Rússia. Putin conseguiu pôr militares russos inocentes a destruir um país irmão e a matar inocentes também. É o ridículo da guerra. São povos que nem sequer se odiavam – agora a guerra é que poderá ser geradora de ódio.

A Humanidade parece não evoluir neste aspeto. Em civilizações ditas avançadas, a guerra deveria estar fora de questão, mas infelizmente já vai pairando a referência a uma 3ª guerra mundial. E se tal acontecer, poderemos chegar à loucura de uma guerra nuclear que quase nos extinga!



Como impedir as ditaduras de lançarem os seus povos em guerra? Só não tolerando a ditadura. Será preciso que os povos se revoltam contra os ditadores, mas não para colocar outro no lugar do anterior. O mundo não pode deixar Putin ganhar esta guerra e depois retomar os negócios com ele, como se já tivesse passado! É preciso que o mundo se una contra a guerra, contra esta e contra todas.

As democracias atuais são muito frágeis, é verdade, há muita corrupção, muitos interesses obscuros, mas apesar de tudo deixam o povo manifestar-se e decidir o rumo que quer seguir. Em países como a Rússia o povo não pode manifestar o seu desacordo com a guerra. Os próprios militares

russos não podem manifestar ser contra a guerra. O ditador tudo controla e reprime!

Quando a humanidade rejeitará definitivamente a ditadura e a guerra? Rezemos para que a história não se repita indefinidamente e para que se encontrem caminhos de paz para tantos países em guerra. Rezemos, porque já vimos que não é o progresso científico que faz o ser humano mais humano, nem as lições da história que evitam voltar a cair no mesmo erro.

E procuremos aliviar o sofrimento dos que estão no meio das guerras, ajudar os refugiados, não só os ucranianos, mas todos os que mais sofrem.



A melhor parte

Diác. Vasco d'Avillez

Queremos saber quem faz "anos de casados" e quantos!

Os mais novos já perceberam com certeza que os Pais e os amigos dos pais celebram todos os anos o seu aniversário do casamento com uma festa pequena ou grande.

Jesus, e Sua Mãe, quando andaram cá na Terra a pregar e a dar-nos a catequese, ligavam também eles muita importância a estas festas de Casamento, como nos foi contado, no Evangelho de João, (JO 2: 1-11) que nos relata que Jesus foi com Sua Mãe ao casamento de amigos e durante a festa faltou o Vinho...

Continua a fazer parte da Catequese da Igreja que se dê a maior importância ao casamento e depois dele, em cada ano se faça uma festa em família para comemorar esse dia e sobretudo os propósitos tomados nesse dia e como é que os temos -ou não- conseguido cumprir.

De tal forma é importante esta celebração que, na nossa Diocese, na Festa das Famílias, que este ano vai ser em 26 de junho, o Senhor Cardeal-Patriarca convida para estarem ao seu lado, na Missa que vai celebrar no final, os casais que fazem 10;

25; 50; 60, ou mais anos de casados!

Este ano, os casais que fazem estes anos de casados, chamam-se: **Casais Jubilares!** É destes casais que estamos á procura e por isso peço a ajuda de todos, em especial dos que andam na Catequese, para que nos digam se há casais das famílias deles que façam estes anos de casados. Os Pais? Os Avós? Os Tios? Amigos da família? Digam-nos se houver e peçam a esses casais que deem os nomes, na igreja onde vão á Missa, ou melhor ainda que se inscrevam para que a Igre-

ja possa celebrar com eles essa data tão especial.

Em preparação para a Festa das Famílias vamos este ano novamente procurar ativamente nas nossas paróquias os Casais Jubilares que celebram em 2022 os seus 10; 25; 50 ou 60 ou mais, anos de casados.

Já abriram as inscrições para os *casais jubilares*. Agora temos de os inscrever, ou fazer com que se inscrevam, junto do Patriarcado. A inscrição tem de ser feita até 9-maio-22 através do Link: <https://forms.gle/LphqgtLyj-ZKvK33w5>



(Peçam-nos o Link por e-mail que nós mandamos: diac.vasco@gmail.com).

Vamos trabalhar juntos!



Preparai o meu Batismo

Diác. Craveiro

Nos primeiros tempos do cristianismo, o baptismo não terá tido significado muito especial. A partir dos anos cinquenta, o baptismo recebe um significado novo:

Rito de entrada na comunidade – enquanto as comunidades cristãs se compunham de judeus, não havia problemas: a circuncisão representava a entrada na comunidade.

O problema surgiu com a entrada de pagãos em massa na Igreja. A circuncisão não era imposta aos pagãos o que levou Pedro e Paulo a repudiar a ideia. Qual o sinal

que se impunha para marcar a adesão? O baptismo vai-se impondo e Paulo aos Efésios 4,5 afirma: “há um só Senhor, uma só fé, um só baptismo”.

Criador da presença à comunidade cristã – mas a adesão fundamental é a adesão à Palavra de Jesus que leva à conversão do coração (Act.2,37-47) e da vida. A adesão a Cristo manifesta-se exteriormente à comunidade cristã, isto é, ao Corpo de Cristo.

O cristianismo é essencialmente comunitário e o baptismo manifesta visivelmente a adesão definitiva do baptiza-

do à comunidade, onde já estava inserido pela escuta da Palavra de Jesus.

O Baptismo é a identidade da vida cristã. Pelo rito da imersão na água, o baptizado é sepultado na morte de Cristo para participar na Sua ressurreição. Ele é libertado dos seus pecados, é feito filho adoptivo do Pai e torna-se irmão de Cristo.

Pertencemos a um povo de baptizados: “fostes escolhidos para proclamar as obras de Deus, que vos chamou das trevas à Luz...” (1Pe.2,9-10)

O baptismo não é, portanto, apenas o sinal da identi-

dade cristã, é também uma missão a realizar: “todo aquele que é baptizado pertence definitivamente a Cristo, é sempre chamado por Ele, marcado com o Seu sinal e enviado em missão por Ele”.

O baptismo é um rito que compromete totalmente a pessoa e lhe confere uma vida nova. Pedi-lo para si ou para o seu filho, é tomar uma responsabilidade séria. Este pedido compromete e dá responsabilidade.

Receber o baptismo é um acto de humildade e de verdade. Admite que é homem e que a sua justificação não

pode vir pelos próprios méritos. Jesus baptiza no Espírito: dando-nos o Seu Espírito, faz de nós filhos adoptivos do Pai. Do baptismo cristão nasce um homem novo, um homem salvo.

“Cristão, toma consciência da tua dignidade! Já que participas agora na natureza divina, não degeneres voltando à decadência da tua vida passada. Lembra-te a que cabeça pertences e de que corpo és membro. Recordate que foste arrancado ao poder das trevas para viver na luz e no reino de Deus”. (S. Leão, Magno).



Lançamento da 1ª Pedra da Igreja da Várzea - 10 de abril

Pe. Armindo Reis

A comunidade cristã que se reúne na Várzea de Sintra, Paróquia de São Martinho, está a iniciar a construção da sua igreja. Esta igreja servirá às localidades de Várzea, Ribeira de Sintra, Carrascal, Morelino, Nafarros e Cabriz. 50 anos depois da geração deste sonho na comunidade, iremos proceder ao lançamento da 1ª pedra da igreja, num gesto simbólico, no dia 10 de Abril de 2022.

Haverá Eucaristia às 10.15h na capela provisória que estamos a utilizar, um pavilhão cedido pela CHESMAS, curiosamente mesmo por detrás da futura igreja, e

por volta das 11.30h procederemos ao ato de bênção da 1ª pedra, seguindo-se depois um almoço convívio (ao ar livre no ringue ou na Sociedade Recreativa, caso o tempo não esteja seguro).

A primeira fase da obra consta de fundações, estrutura de betão, telhado e teto, ficando para uma segunda fase as paredes, serralharias, eletricidade, canalizações e acabamentos.

Será um templo pequeno, com capacidade para cerca de 150 pessoas, com 3 salas de catequese, um pequeno salão polivalente (que é parte do corpo da igreja) e uma ca-



pela mortuária.

A 1ª fase importa em 220.000,00€ + IVA. Para pagar esta 1ª fase ainda nos faltam cerca de 80.000,00€, mas depois a obra terá que conti-

nuar para a 2ª fase, mesmo que a um ritmo mais lento de construção, conforme a capacidade financeira que formos tendo.

Verificamos que com o ini-

ciar das obras a população está ainda mais sensibilizada para ajudar, mas desejamos que toda a Unidade Pastoral se una no apoio a esta comunidade.

Esperamos contar também com o apoio da Junta de Freguesia e da Câmara Municipal.

Quem quiser fazer um donativo poderá fazer transferência para a seguinte conta do Millennium BCP: PT50 0033 0000 00022020456 05 e solicitar-nos o respetivo recibo.

Desde já se agradecem todas as ajudas!

Prepare a Páscoa, reconciliando-se com Deus e com os outros!

CELEBRAÇÕES DA RECONCILIAÇÃO

(Confissões): Quaresma 2022



CELEBRAÇÕES DA RECONCILIAÇÃO

(Confissões): Quaresma 2022

IGREJAS PAROQUIAIS: para toda a Unidade Pastoral de Sintra	
Igreja de S. Martinho	12 de Abril, 3ª feira, 16.00h
Igreja de S. Pedro	05 de Abril, 3ª feira, às 17h e 30 minutos antes da Missa ferial
Igreja de S. Miguel	01 de Abril, 6ª feira, às 21.00h: CELEBRAÇÃO DA RECONCILIAÇÃO – PARA TODA A Unidade Pastoral de Sintra Também para Jovens e Adolescentes do Say Yes (e antes ou depois das Missas ferias)

Confissões para a CATEQUESE E ESCUTEIROS:

Igreja de S. Pedro	09 de Abril, Sábado, às 16.30h
Igreja de S. Miguel	2 de Abril, Sábado, às 10.00h

PARA QUEM NÃO SE PUDER DESLOCAR ÀS IGREJAS PAROQUIAIS:

Capela da Várzea	29 Março, 3ª feira, 16.00h
Capela da Abrunheira	31 Março, 5ª feira, 16.00h
Igreja de Manique de Cima	02 Abril, Sábado, 17.15h
Capela do Linho	07 Abril, 5ª feira, 17.00h
Igreja de Galamares	09 Abril, Sábado, 15.00h

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).

Bartimeu – «Filho de Tímeu». Mendigo cego curado por Jesus (Mc 10, 46).

Bartolomeu – «Filho de Tolomeu». Apóstolo, irmão de Filipe (Mt 10, 3).

Baruc – «Bendito». Filho de Nerias (Jer 32, 12; 36, 4; 43 e 45). Nome do livro profético do AT.

Basán – Meseta situada na parte oriental do Jordão. Ver: Nm 21, 33; Dt 3, 13; Sl 22 e 68.

Belém – Significa «casa do pão». Cidade a 7 km de Jerusalém, cidade de David. Nela nasce Jesus, o filho de Maria (Mt 2, 1).

Belzebu – Nome que os fariseus dão ao príncipe dos demónios. Ver: Mc 3, 22 e paralelos.

Bem-aventuranças – Programa de felicidade exposto por Jesus no início da sua pregação no sermão da montanha (Mt 5, 3-12; Lc 6, 20-26). Jesus aponta mais para além da felicidade terrena. Inverte os valores: a pobreza, a justiça, a humildade, a mansidão, a pureza, a misericórdia, a perseguição são valores que ele próprio vive.

Bênção – Este termo carregado de sentido na tradição bíblica, indica a atitude de admiração e de agradecimento perante tudo o que é reconhecido como dom de Deus ou como desejo de que Deus derrame os seus dons sobre alguém.

Benjamim – «Filho de bom sucesso». Último filho de Ja-

cob (Gn 35-43-44-49).

Beraká – Oração de louvor e acção de graças. As mais célebres são Gn 14, 17-20.26-27; Ex 18, 9-11. A mais solene é a «beraká» pascal. Jesus institui a Eucaristia no contexto da «beraká pascal» tradicional entre os judeus.

Bersabé/Berseba – Cidade do extremo meridional de Israel. Ver: Gn 21, 14.32; 22, 19; 46, 1.

Besta/Bestas – Poderes do mal representados em animais que lutam contra o triunfo do querer de Deus arrastando os homens para a idolatria (Ap 19, 11-16; 20, 8).

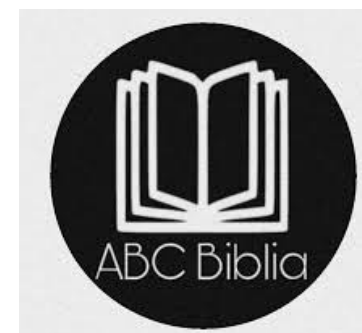
Betânia – Aldeia próxima de Jerusalém, a caminho de

Jericó. Significa «casa do pobre». Era ali que habitavam os amigos de Jesus: Marta, Maria e Lázaro. Ver: Mt 21, 17; Mc 11, 1; Jo 11, 1; 12, 1.

Betel/Bet-el – Em hebraico «casa de Deus». Assim chamou Jacob ao lugar onde viu em sonhos uma escada que unia o céu e a terra (Gn 28, 10-22). Mais tarde surgiu ali um santuário e uma cidade. Jeroboão, a quando da divisão de Israel, construiu um templo em Betel com um bezerro de ouro (1 Rs 12, 29-33).

Betesda/Betzatá – Piscina onde João situa a cura de um paralítico. Ver: Jo 5.

Betfagé – «Casa dos figos». Cidade próxima de Betânia. Dali envia Jesus os seus dis-



cípulos a fim de prepararem a entrada triunfal em Jerusalém. Ver: Lc 19, 29 e paralelos.

Betsaida – «Lugar da pesca». Cidade ribeirinha do lago de Genesaré, a oriente do Jordão, onde Jesus encontra Filipe, Pedro e André. Jesus amaldiçoa esta cidade por não ter escutado a sua pregação. Ver: Mt 11, 21; Lc 10, 13; Mc 6, 45; 8, 22.

GOTA A GOTA TEM NOVA DIREÇÃO

O Gota a Gota é um grupo da Unidade Pastoral de Sintra fundado em 1998 pelo casal Alice e Joaquim Ribeiro, com o objetivo de apoiar crianças carenciadas, alargando mais tarde a sua ação a outras situações de pobreza, que ao longo destes quase 24 anos (que completa dia de Pentecostes) já apoiou imensas famílias e instituições.

O Gota a Gota é o gru-

po de ação social da UPS e tem a sua sede na Igreja de S. Miguel, trabalha em parceria com diversas instituições, nomeadamente a Conferência de S. Vicente de Paulo, o Banco Alimentar Contra a Fome, a Câmara Municipal de Sintra, a Junta da União de Freguesias de Sintra, a Caritas Diocesana, a Santa Casa da Misericórdia de Sintra, o Rotary Club de Sintra e com o apoio de diversas empresas e

peças individuais.

Em 2014 a direção do grupo foi alargada a 5 pessoas, sendo Presidente Nuno Monteiro até inícios de 2016. Sucedeu-lhe Ana Salema Garção e, um ano depois, Amadeu Costa que também já estava na direção desde 2014. Ao longo dos últimos anos a ação do Gota a Gota foi crescendo e apoiando um número cada vez maior de famílias.



Agora em Março de 2022 a direção foi novamente renovada, ficando como presidente Adelaide Ary (conhecida por Joca).

É altura de agradecermos a Amadeu Costa a sua grande dedicação ao grupo e aos mais necessitados da nossa freguesia, sendo que o seu dinamismo e profissionalismo em muito contribuíram para a

eficácia do apoio social prestado.

Para a Joca, restante direção, e amigos colaboradores, desejamos felicidades no seu trabalho, e que possam continuar a ser rosto da caridade das nossas comunidades paroquiais.

Papa Francisco "coloca muita expectativa" na JMJ Lisboa 2023

O Papa recebeu no dia 03 de março em audiência, no Vaticano, o presidente da Fundação JMJ Lisboa 2023, D. Américo Aguiar, com quem conversou sobre a próxima edição internacional deste evento, promovido pela Igreja Católica. “A audiência com o Santo Padre teve por objetivo dialogar sobre a preparação do encontro do Papa Francisco com jovens de todo o mundo, em Lisboa, no mês de agosto de 2023, que acontece numa época muito particular na história dos jovens, agora também marcada por um conflito armado na Europa”, assinala uma nota divulgada pela organização da JMJ Lisboa 2023. O Bispo auxiliar de Lisboa D. Américo Aguiar refere no comunicado que o Papa “coloca muita expectativa no encontro com os jovens de todo o mundo”. “Pede-nos sempre a oração por todos, sobretudo pelas vítimas da guerra e as que sofrem as consequências da pandemia”, acrescenta.



Página Patriarcado - Ecclesia

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

Esporão do Calcanhar

O esporão do calcanhar é um crescimento ósseo que se forma na base ou atrás do calcâneo, o osso do calcanhar. É o maior dos 26 ossos que compõem o pé. Dada a sua situação, os calcanhares suportam substancialmente o peso do nosso corpo. A pressão constante ao caminhar, correr ou fazer jogging, saltar, especialmente em superfícies duras, portanto, este desgaste constante durante os anos pode favorecer o aparecimento dum esporão.

Os esporões do calcanhar estão frequentemente relacionados com uma situação chamada fascíte plantar,

uma inflamação da “planta do pé”. Esta é uma camada espessa de tecido conjuntivo, chamada fásia que se prolonga do calcanhar até aos dedos, portanto, na face plantar do pé. A fascíte plantar é causada por uma tensão desses tecidos que implica uma inflamação dessa zona, depositando-se cálcio gradualmente, formando-se o esporão que, geralmente, poderá atingir os dois pés.

Os sintomas manifestam-se por dor localizada na parte inferior do calcanhar e o diagnóstico faz-se através de uma radiografia simples que, facilmente, revela esse cres-

cimento ósseo, algumas vezes de forma pontiaguda, que é o esporão. Estes esporões do calcanhar são quase sempre dolorosos enquanto se desenvolvem, especialmente, na marcha. Por vezes, acumula-se líquido, tipo bolsa, por baixo do esporão, que pode inflamar e formar aquilo a que se chama bursite calcânea inferior, podendo provocar uma dor pulsátil. O pé pode adaptar-se ao esporão, podendo o esporão desenvolver-se e a dor reduzir de intensidade e até desaparecer. É que um pé com um esporão, pode ser indolor durante muito tempo e a dor pode surgir com um e-

xercício ou um salto.

Os objetivos do tratamento são reduzir a inflamação e evitar o agravamento da lesão. Os anti-inflamatórios e analgésicos estão indicados. Uma mistura de corticoides com um anestésico local pode ser injetada na zona dolorosa do calcanhar. O uso de palmilhas, de preferência moldadas à medida, adquiridas em lojas de material ortopédico ajudam a estabilizar o calcanhar, na tentativa de minimizar o estiramento da fásia e reduzir a dor. A fisioterapia é também uma alternativa terapêutica, assim como, a terapia com ondas de choque. A cirurgia é

a última opção e o resultado pode não ser positivo.

O esporão do calcanhar pode ser prevenido. Use sapatos bem adaptados com suporte plantar que absorvam o choque. Faça alongamentos dos pés e pernas. Evite exercícios que envolvam saltos ou jogging prolongado em superfícies duras. Evite caminhadas em descidas rochosas ou irregulares e procure atingir o seu peso ideal.

Deverá recorrer, caso sofra deste problema, ao seu ortopedista ou fisiatra ou, eventualmente, a uma consulta de podologia (consulta do pé).



Promessas Escutistas

Carolina Gaspar e Madalena Silva,
Pioneiras do agrupamento 1134

Nos dias 18 e 19 de março passado, o agrupamento celebrou o momento mais importante que pode haver em todo o ano, as promessas. As promessas deste ano realizaram-se em campo, na Quinta de São Pedro, depois de alguns anos. Sexta-feira à noite, realizou-se a velada de armas na igreja de São Pedro, onde esteve o agrupamento todo reunido para preparar a chegada dos Pata-tenras, Aspirantes e Noviços de todas as secções a uma nova etapa da sua vida escutista. Nesta cerimónia procedeu-se à bênção das insígnias maiores, como o símbolo da promessa, o lenço de escuteiro e o chapéu. Cada um deles com o seu sentido próprio, com a sua força e significado.

Sábado de manhã, depois de uma noite de descanso, onde os lobitos e exploradores acantonaram na escola de São Pedro, e Pioneiros e Caminheiros acamparam na Quinta, as atividades prosseguiram-se com equipas verticais, com várias atividades na Serra de Sintra.

Por volta da 13h, ocorreu um almoço partilhado entre as famílias que constituem o nosso agrupamento, enquanto se esperava pelo grande momento que todos estavam à espera. Cada família foi responsável por levar algum tipo de comida para partilhar.

Às 15h30, começou a cerimónia realizada pelo Padre Jorge, assistente adjunto do agrupamento. Este dia ficará guardado na vida de todos nós, pelo facto de termos estado em campo, com um tempo super agradável, todos juntos e com todos os nossos novos Lobitos, Exploradores, Pioneiros, Caminheiros e Dirigentes.

Testemunho

Foi-nos proposto vir aqui hoje dar o nosso testemunho aos que amanhã vão fazer a promessa de pioneiro.

Desde já, esta passagem para a comunidade é um sinal do vosso crescimento. Dão por vocês e daqui a pouco estão no vosso último ano, dão-se conta que o tempo passa bastante rápido... e já viveram tantas aventuras! Pelo desafio que vão aceitar amanhã, serão recompensados com alegria e novas experiências que vão valer a pena.

Para nós, ser pioneiras é algo libertador, desafiante, divertido mas também stressante. Viver em comunidade é muito importante para ser pioneiro. Devemos ser nós próprios e trabalhar em conjunto. Acreditamos que, desde o nosso primeiro ano, nunca vivemos numa comunidade tão forte como é a nossa este ano. Passámos algumas dificuldades, sobretudo devido à pandemia, que levaram imensa gente a querer sair da nossa secção. Por outro lado, isto trouxe-nos uma maior união, com a necessidade de nos juntarmos para conquistar aquilo que seria difícil com poucos, que neste caso é ter um grande empreendimento e atividades inesquecíveis.

Podemos ser poucos, mas somos fortes, tentando sempre motivar o próximo que está desmotivado, e levando a que não abandone aquilo a que chamamos de incrível espírito de comunidade.

A mística dos pioneiros é importante para o nosso crescimento e desenvolvimento durante o nosso período como pioneiro. Ser pioneiro não é apenas ter um lenço azul ao peito, não é apenas “porque passei da expedição para a comunidade e vou trocar de cor de lenço”, que vou ser considerado pioneiro. Tu és um pioneiro por seres tu próprio.

São Pedro, o nosso patrono foi escolhido por Cristo para construir a igreja. Tu foste escolhido para reconstruir o mundo. Somos chamados a assumir o nosso lugar na construção dessa Igreja, colocando os nossos talentos ao serviço da comunidade, assumindo as nossas tarefas de sermos construtores.

O desafio que vos propomos é que sejam capazes de se comprometerem a ajudar nesta vossa próxima família “Os pioneiros”!

E não se esqueçam “É importante que sejam iguais a vocês próprios!”



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>



Profissional do Ano

Rotary
Club de Sintra



O Rotary Club de Sintra, é um clube de profissionais fundado em 1979, promovendo os valores éticos e a Paz e a compreensão mundial, através de ações na sua comunidade e no contexto internacional. Os diversos clubes rotários homenageiam anualmente uma personalidade que se distinga publicamente na dignificação da sua profissão e na sua prática cumprindo elevados padrões de ética e de serviço à comunidade onde se insere, sendo reconhecido com notoriedade na sua comunidade pela conduta irrepreensível e valor intelectual, constituindo-se como um exemplo a seguir.

Neste contexto, o Rotary Club de Sintra decidiu homenagear o Doutor Cardim Ribeiro, figura de relevo em Sintra, reconhecendo o mérito da sua carreira e o contributo para a História e a Cultura Sinentre, num evento que decorreu no dia 14 de março de 2022.

O Doutor José Cardim Ribeiro notabilizou-se como responsável da cultura do Município entre 1978 e 1997, tendo coordenado nesse âmbito o Dossier Técnico de Candidatura de Sintra a Património Mundial, processo que culminou em 1995 com o reconhecimento, por parte da UNESCO, da Paisagem Cultural de Sintra.

Da sua Obra destaca-se, ainda, ter sido autor do projeto museológico e científico do novo Museu Arqueológico de S. Miguel de Odrinhas, inaugurado em 1999, do qual foi diretor até à sua aposentação.

Sendo o mês de março, dedicado pelo Rotary ao tema da “Água, Saneamento e Higiene”, o nosso homenageado proferiu uma Palestra em reunião do Clube com o título “CONSAGRAR O OCEANO”.

na sua sequência, são originariamente chamados “os discípulos do caminho”. Na mesma linha de pensamento se situam as oportunas palavras do nosso Patriarca D. Manuel: A sinodalidade refere-se ao essencial da vida da Igreja, enquanto seguimento e testemunho comunitário de Cristo e do seu Evangelho”. Neste sonho missionário de chegar a todos, a JM2023 surge como um tempo de renascimento pastoral, onde a linha da frente da missão seja cada vez mais assumida pelos jovens, facilitadores e construtores de pontes entre os primeiros e os últimos do mundo, os que estão no centro e nas periferias das nossas sociedades, entre os que falam como nós e os que usam outras linguagens universais.

Poderá acompanhar on-line toda a atividade do fórum nos canais de media do Patriarcado de Lisboa e do SAMPL, assim como da paróquia da Damaia.

Confiemos nosso fórum às bênçãos de Deus e pedimos vossa oração nos caminhos da missão, que juntos, fazemos!



É ESSENCIAL PARTILHAR

DÊ SANGUE E REGISTE-SE COMO DADOR DE MEDULA ÓSSEA

Apelamos à participação de todos
Há doentes que precisam de si!!!

Dia – 24 abril de 2022, DOMINGO

Das - 09H00 – 13H00

Local – Igreja de São Miguel

O seu gesto faz a diferença **UM GRANDE BEM HAJA**



Gota a Gota-Grupo de Ação Social

Artigos doados em março 2022

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas N°1	10	Farinha Láctea (Cerelec)	25
Fraldas N°3	2	Flocos Cereais / Mel	81
Fraldas N°4 (Dodot)	5	Cereais/Corn Flakes	47
Fraldas N°4	7	Atum	109
Fraldas N°5	8	Salsichas	111
Fraldas N°6	24	Tomate	3
Fraldas adultos S	1	Cogumelos	2
Fraldas adultos M	5	Massa	48
Cuecas adulto M	1	Esparguete	48
Fraldas adultos L	5	Arroz	48
Cuecas adulto L	4	Grão e Feijão	96
Toalhitas	44	Azeite	2
Oleo Johnson	1	Óleo	46
Shampoo + Gel	8	Leite c/choc. (200ml)	12
Shampoo	6	Leite UHT Meio Gordo 1L	876
Dentífrico	46	Açúcar	43
Papel Higiénico	26	Nescafé descafeinado	19
Bolacha Maria/Torrada	86	Chocolate em pó	1
Aptamil/Nan-N° 1	2	Chá	2
Aptamil/Nan-N° 2	2	Chocapic	8
Aptamil/Nan-N° 3	2	Leite magro 1L	24
Aptamil/Nan-N° 4	4	Leite S/Lactose 1L	48
Aptamil/Nan-N° 5	3	Congelados	49
Fruta Pack 4 boiões	8	Bolachas variadas	128

Total de artigos doados:	2187
Banco Alimentar:	914,85Kg



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Teresa Frazão

Neste impensável mês de Março de 2022,
quando as imagens e as palavras dizem violência, destruição e morte
mergulhados em canais de medo e é tão difícil vislumbrar a esperança,
seja minha esta oração
em palavras firmes, fortes
que me hão-de ensinar a santa confiança dos que se assumem Teus discípulos

Assim:

«O Senhor é o meu Deus, o meu refúgio, a minha fortaleza, e nele confiarei
porque no teu regaço me sustentarei.
Não terei medo do terror da noite nem da incerteza que atravessa o dia.

Só o Senhor é o meu refúgio.

Aos seus anjos Ele ordenará que me guardem em todos os caminhos
e eles hão-de sustentar-me em suas mãos, para que eu não tropece
A cada hora invocarei o meu Senhor
e com Ele percorrerei os caminhos da dúvida e da angústia,
O Senhor está sempre comigo.
e mostra-me a minha salvação.»



COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)
2710 SINTRA
Telf.: 21 923 42 78



Ensinaamentos 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

5. Pai com coragem criativa

Se a primeira etapa de toda a verdadeira cura interior é acolher a própria história, ou seja, dar espaço no nosso íntimo até mesmo àquilo que não escolhemos na nossa vida, convém acrescentar outra característica importante: a coragem criativa. Esta vem ao de cima sobretudo quando se encontram dificuldades. Com efeito, perante uma dificuldade, pode-se estacar e abandonar o campo, ou tentar vencê-la de algum modo. Às vezes, são precisamente as dificuldades que fazem sair de cada um de nós recursos que nem pensávamos ter.

Frequentemente, ao ler os «Evangélicos da Infância», apetece-nos perguntar por que motivo Deus não interveio de forma direta e clara. Porque Deus intervém por meio de acontecimentos e pessoas:

José é o homem por meio de quem Deus cuida dos primórdios da história da redenção; é o verdadeiro «milagre», pelo qual Deus salva o Menino e sua mãe. O Céu intervém, confiando na coragem criativa deste homem que, tendo chegado a Belém e não encontrando alojamento onde Maria possa dar à luz, arranja um estábulo e prepara-o de modo a tornar-se o lugar mais acolhedor possível para o Filho de Deus, que vem ao mundo (cf. Lc 2, 6-7). Face ao perigo iminente de Herodes, que quer matar o Menino, de novo em sonhos José é alertado para O defender e, no coração da noite, organiza a fuga para o Egito (cf. Mt 2, 13-14).

Numa leitura superficial destas narrações, a impressão que se tem é a de que o mundo está à mercê dos fortes e poderosos, mas a «boa notícia» do Evangelho consiste precisamente em mostrar como, não obstante a arrogância e a violência dos dominadores terrenos, Deus encontra sempre a forma de realizar o seu plano de salvação. Às vezes também a nossa vida parece à mercê dos

poderes fortes, mas o Evangelho diz-nos que Deus consegue sempre salvar aquilo que conta, desde que usemos a mesma coragem criativa do carpinteiro de Nazaré, o qual sabe transformar um problema numa oportunidade, antepondo sempre a sua confiança na Providência.

Se, em determinadas situações, parece que Deus não nos ajuda, isso não significa que nos tenha abandonado, mas que confia em nós com aquilo que podemos projetar, inventar, encontrar. [...]

No fim de cada acontecimento que tem José como protagonista, o Evangelho observa que ele se levanta, toma consigo o Menino e sua mãe e faz o que Deus lhe ordenou (cf. Mt 1, 24; 2, 14.21). Com efeito, Jesus e Maria, sua mãe, são o tesouro mais precioso da nossa fé.

No plano da salvação, o Filho não pode ser separado da Mãe, d'Aquela que «avançou pelo caminho da fé, mantendo fielmente a união com seu Filho até à cruz».

Sempre nos devemos interrogar se estamos a proteger com todas as nossas for-

ças Jesus e Maria, que misteriosamente estão confiados à nossa responsabilidade, ao nosso cuidado, à nossa guarda. O Filho do Todo-Poderoso vem ao mundo, assumindo uma condição de grande fragilidade. Necessita de José para ser defendido, protegido, cuidado e criado. Deus confia neste homem, e o mesmo faz Maria que encontra em José aquele que não só Lhe quer salvar a vida, mas sempre A sustentará a Ela e ao Menino. Neste sentido, São José não pode deixar de ser o Guardião da Igreja, porque a Igreja é o prolongamento do Corpo de Cristo na história e ao mesmo tempo, na maternidade da Igreja, espelha-se a maternidade de Maria. José, continuando a proteger a Igreja, continua a proteger o *Menino e sua mãe*; e também nós, amando a Igreja, continuamos a amar o *Menino e sua mãe*.

Este Menino é Aquele que dirá: «Sempre que fizestes isto a um destes meus irmãos mais pequeninos, a Mim mesmo o fizestes» (Mt 25, 40). Assim, todo o necessitado, pobre, atribulado, moribundo, forasteiro, recluso, doen-



te são «o Menino» que José continua a guardar. Por isso mesmo, São José é invocado como protetor dos miseráveis, necessitados, exilados, aflitos, pobres, moribundos. E pela mesma razão a Igreja não pode deixar de amar em primeiro lugar os últimos, porque Jesus conferiu-lhes a preferência ao identificar-Se pessoalmente com eles. De José, devemos aprender o mesmo cuidado e responsabilidade: amar o Menino e sua mãe; amar os Sacramentos e a caridade; amar a Igreja e os pobres. Cada uma destas realidades é sempre o *Menino e sua mãe*.

NOTÍCIA INAUGURAÇÃO DO ESPAÇO CAPAZ

A SCMS foi vencedora de candidatura ao Programa DLBC - Desenvolvimento Local de Base Comunitária - Gal Sintra Urban, e neste âmbito, desde maio de 2021, que implementou um novo projeto, nas instalações cedidas pela Autarquia à União Recreativa das Mercês - o Espaço Capaz, um Centro de Apoio ao Idoso. A U. R. das Mercês associou-se assim de forma significativa ao projeto, cooperando com a cedência de instalações, de equipamento e através da comparticipação de alguns custos.

O Espaço CAPAZ visa a capacitação da pessoa, prevenção da doença e promoção do envelhecimento ativo e inclusivo, através da manutenção de atividades diárias, vivência de relações interpessoais gratificantes, promoção da autonomia individual e do bem-estar físico e psicológico para a continuidade da vida ativa. Para tal, são prestados serviços nas áreas da saúde, intervenção social, animação e socialização.

Considerando as medidas de prevenção da pandemia, a inauguração oficial foi adiada e decorreu no dia 5 de fevereiro, na qual participaram importantes parceiros da Instituição, bem como alguns utentes. A cerimónia incluiu a apresentação de um vídeo com as atividades de animação e socialização já realizadas, e a entrega de prémios aos utentes participantes/vencedores de um concurso de artes plásticas, realizado no Natal. Os parceiros felicitaram a Instituição pelo sucesso e impacto do projeto na comunidade e foram proferidos testemunhos emotivos de alguns utentes, que afirmaram que estavam muito mais felizes desde que se inscreveram no Espaço Capaz, reconhecendo o «trabalho meritório que aqui se faz».



CATÓLICOS PORTUGUESES E UCRANIANOS UNIDOS EM ORAÇÃO



No passado dia 3 de março, as comunidades ucraniana e portuguesa realizaram uma oração pela paz em conjunto, na Paróquia de São Martinho de Sintra. Foi um acontecimento que mais uma vez sublinhou a importância da fé, quanto mais numa altura dessas.

Hoje o mundo passa por mais uma prova de resistência. Uma prova que desafia todos nós. Um ano de incerteza, um ano de medo, um ano de apoio e solidariedade. Mais uma vez perceberemos o quanto somos fracos como seres humanos, quão impotentes somos na resolução de problemas, quanto incapazes somos para ajudar a todos. Contudo, há outra face dessa situação, que nos mostrou que, cá em Portugal, num país tão pequeno, existe um Povo de enorme coração, com amor infinito e com solidariedade nunca vista. Essa pequena igreja de São Martinho em Sintra, reuniu duas comunidades, falantes de duas línguas, mas reunidas pela fé, esperança e amor, numa oração. E há-de vir a paz, tão esperada e tão pedida, no momento certo, no momento exato, no momento que menos esperamos. Não podemos perder a esperança, não podemos baixar os braços, não podemos guardar os terços.

Embora observemos todos os dias esses acontecimentos trágicos, ações criminosas contra civis, muitos dos quais tão vulneráveis,

vemos como as cidades estão a ser destruídas e cobertas de pó, vemos e nada podemos fazer para contrariar, parar, alterar o cenário. Mas Deus mostra-nos que podemos fazer muito. Acreditar e rezar, rezar sem parar, ter paciência como Nossa Senhora a teve na altura em que o Seu Filho sofreu na cruz. Ora nesta altura da Quaresma, enchemo-nos de paciência e muito amor. Abrimos os corações e as portas a quem precisa. E não desistimos!

Que esta união nos ajude a ultrapassar esses momentos difíceis e, acima de tudo, nos ajude a encontrar a Luz que nos guiará, e a nossa Ucrânia, pelo Imaculado Coração da Maria, até a Ele.

Padre Mateos Olesya Zaruma Biletska – Capelão da Comunidade Ucraniana de Sintra

Padre Armindo Reis



Rotary em Sintra apoia os refugiados da Ucrânia

Os Clubes Rotários portugueses estão a desenvolver ações visando apoiar as enormes necessidades que resultam do conflito na Ucrânia. O Rotary Club de Sintra e a família Rotária participam nestas iniciativas recolhendo fundos e bens colaborando com Associações e Centros de Apoio à Ucrânia. Várias recolhas foram feitas, de bens alimentares, medicamentos, material cirúrgico e apoio financeiro. Recentemente foi feita uma entrega desses bens num armazém em Mem Martins, destinados aos campos de refugiados na fronteira da Polónia, onde participaram o Rotary, o Rotaract e o Núcleo Rotary de Desenvolvimento Comunitário de Sintra, e o Rotary Club de Tomar-Cidade. O Rotary em Sintra continua a sua ação esperando minimizar as consequências deste conflito para os refugiados e apoiar, em breve, ações para as famílias que vierem para a nossa comunidade sintrense.



GOTA A GOTA - GRUPO DE AÇÃO SOCIAL - APOIO AO POVO UCRANIANO

GOTAS de CARINHO PARA O POVO DA UCRÂNIA

Depois do apelo à comunidade para participarmos na recolha de bens destinados aos refugiados da Ucrânia, recolhemos 12 camas para crianças, roupas, calçado, brinquedos, banheiros para banho etc. Quanto aos adultos, 4 camas, respetivos colchões, roupa adequada, calçado, vestuário diverso, em especial para climas frios etc., que preencheram 8 carrinhas, que transportaram os bens para o Centro de Apoio aos Ucrânianos, junto da respetiva embaixada.



Também já possuímos alguns bens alimentares para encaminhar para o polo alimentar principal da Câmara Municipal de Sintra.

Oferecemos ainda os préstimos de 4 paroquianos habilitados a ensinar português, e que dominam bem o Inglês.

Continuaremos a procurar responder, dentro das nossas capacidades, a esta nova crise humanitária.



CINTRAMÉDICA

TESTE COVID-19

ANÁLISE PCR e
TESTE RÁPIDO DE ANTIGÉNIO

Acabe com as dúvidas

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





HISTÓRIA DE VIDA: Maria de Fátima Simões de Almeida

Entrevista: P. Armando Reis; Redação: Adérito Martins

Maria de Fátima Rodrigues Simões de Almeida, ou Babuxa, como é conhecida desde sempre, nasceu em 1952, na freguesia de Arroios, em Lisboa. É a 12ª de 17 filhos, 9 raparigas e 8 rapazes. A sua infância viveu-a na freguesia de Santa Isabel.

Os filhos mais velhos tomavam conta dos mais novos e tinham também empregadas. O irmão e a irmã mais velhos foram os padrinhos de Batismo da Babuxa.

O pai, João António Simões de Almeida, era do Algarve, filho de um professor de ensino primário. Aos 14 anos veio sozinho para Lisboa, alugou um quarto, trabalhando para pagar os estudos e formou-se em Economia e Finanças. Quando terminou o curso, aos 24 anos, casou com a mãe, Maria Henriqueta Drummond Olavo Rodrigues, que tinha 16 anos e foi ainda com essa idade que teve o primeiro filho. O último filho veio aos 42 anos. A mãe foi das poucas pessoas da sua geração que teve pais separados e sofreu imenso com isso, porque foi para um colégio interno em

Santarém aos 7 anos, donde saiu aos 15, para casar aos 16.

A grande herança que Babuxa recebeu da mãe foi a fé. Ela era muito dedicada à Igreja e instituiu a primeira sopa dos pobres em Portugal, na Paróquia de Santa Isabel.

O pai era um homem muito inteligente e tomando-se um economista de renome, recusou vários convites de Salazar para integrar o Governo, porque, como dizia, com 17 filhos não podia trabalhar no Estado, porque não ganharia o suficiente para pagar as contas. Foi presidente da firma dos algodões, fez a hidroelétrica do Zêzere, entre outras, e depois foi presidente do Grupo Mello até se reformar.

Babuxa fez todo o caminho de iniciação cristã em Santa Isabel, e a 1ª comunhão na escola do Beiral, em Monsanto, onde estudou até à 4ª classe. Depois foi para o Liceu Maria Amália Vaz de Carvalho, escola de que não gostou particularmente. Aliás, para concluir o antigo 7º ano passou por 10 colégios diferentes, porque era muito agitada e não se portava bem. Depois foi es-

tudar Sociologia para Évora, onde estava quando se deu o 25 de Abril. Voltou então para Lisboa e tentou acabar os estudos na Universidade Católica, mas não conseguiu, porque foi estudar e trabalhar para Paris, tal como os irmãos. O pai, a determinada altura, foi para Inglaterra, onde se lhe juntaram os filhos que estavam espalhados pela Europa. Babuxa vem a ser a primeira secretária do Grupo Espírito Santo, que entretanto se tinha fundado em Londres, no rescaldo do 25 de Abril e da nacionalização do BES. Ao fim de 4 anos regressou a Portugal, com cerca de 27 anos de idade, ainda a trabalhar para o Grupo Espírito Santo, e alugou um quarto no Alto de Santo Amaro, onde viviam umas amigas, e lá viveu até casar, aos 31 anos, com Luís Ribeiro da Cunha, que era de Cascais. Tiveram dificuldade em ter filhos e após tratamentos que nunca resultaram, apareceu o filho, Bernardo, quando tinha 40 anos, naquilo que consideram um milagre de Nosso Senhor.

Quando faleceu o Papa João Paulo II, de quem gostava muito, foi

de imediato para Roma com o filho, tinha ele 9 anos, pensando passar a noite junto do corpo, mas não a deixaram, porque nessa 1ª noite encerraram a basílica às 3h da manhã. Então dormiram em sacos cama encostados a uma das paredes da basílica, à luz das estrelas, mas de manhã um polícia ajudou-a a encontrar a embaixada portuguesa no Vaticano onde, com as suas artimanhas, conseguiu a simpatia do embaixador e alojamento durante 4 dias, até chegar o nosso Presidente da República.

O marido foi militar no Ultramar durante 2 anos, mesmo depois da Revolução, e acabou por ser considerado deficiente das Forças Armadas devido à tuberculose contraída lá. Apesar da reforma ainda trabalhou para uma empresa de pescas no Algarve e para uma imobiliária em Lisboa. Faleceu aos 52 anos devido a um cancro no esófago.

Babuxa deixou de trabalhar quando o Bernardo nasceu, mas passou a fazer voluntariado na CERCICA em S. João do Estoril. Também fez parte do grupo fundador da Quinta Essência, uma instituição para pessoas com deficiências, na Abrunheira, onde colaborou durante 15 anos. Constituiu um modelo de financiamento que passava pelo apadrinhamento de crianças por parte de mecenas e pelo investimento de acionistas no projeto da empresa. O primeiro donativo que conseguiu foi obtido por telefone de um amigo que concedeu €50.000€.

Aos 60 anos Babuxa fez uma peregrinação à Terra Santa com o Padre António Teixeira, onde viveu uma verdadeira explosão de fé. Quando voltou, decidiu ir em missão. Contactou a Sol Sem Fronteiras, dos Espiritanos, fez 1 ano de formação, e partiu para Itoculo, no meio do mato, ao norte de Moçambique, perto de Cabo Delgado. Na missão, de manhã acompanhava crianças do pré-escolar, dava-lhes a primeira refeição do dia às 11 ho-



ras. À tarde dava aulas de francês às meninas do ciclo e ia ajudar no hospital sempre que podia, às escondidas, porque não podia estar no hospital se não fosse funcionária do governo. Ficou alojada na casa dos leigos, junto à casa dos padres. Apanhou malária, como bom missionário que vai para Moçambique. Gostava de ter sido missionária mais nova e durante mais tempo, e está convencida que todos os jovens deviam fazer missão na sua vida durante algum tempo. Desde que se reformou, aos 65 anos, dedica-se a fazer cursos na internet, muitos do Patriarcado, e ao voluntariado. É voluntária na nossa igreja de S. Pedro, faz apoio domiciliário ajudando as irmãs com alguns familiares doentes. Também já é avó de 3 netos, todos pequeninos, o mais velho com 3 anos. Foi catequista em Cascais, na escola do Largo, onde andava o Bernardo, e continua disposta a ajudar os outros.

Deixa a todos os leitores o desejo de paz e que coloquemos sempre os outros à frente de cada um de nós: há que ver Cristo nas outras pessoas e nos darmos aos outros.

Pastoral da Saúde

Semana Diocesana da Saúde: "Preparar o recomeço"

A Pastoral da Saúde do Patriarcado de Lisboa desafia todos os agentes desta pastoral a participarem nas Jornadas de Voluntariado para a Saúde que vão decorrer na manhã de sábado, 2 de abril, no Externato São Vicente Paulo, no Campo Grande. Segundo o diretor da Pastoral da Saúde do Patriarcado, padre Fernando Sampaio, esta iniciativa que se insere na Semana Diocesana da Saúde (2 a 7 de abril) tem como objetivo "preparar o recomeço, depois do tempo de contingência e afastamento social a que estivemos sujeitos".

Numa mensagem vídeo, este responsável também anuncia que, no dia 3 de abril, Domingo, haverá uma Missa presidida pelo Cardeal-Patriarca de Lisboa, na Igreja do Parque das Nações. "Queremos homenagear os médicos, enfermeiros, psicólogos, farmacêuticos e outros profissionais de saúde", apontou o padre Fernando Sampaio. Com esta divulgação, foi também disponibilizada uma lista com os contactos dos capelães hospitalares no Patriarcado de Lisboa.

Mais informação: <http://www.patriarcado-lisboa.pt/saude>

Fonte: Página do Patriarcado



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

UMA ESTRANHA DOENÇA

Uma estranha doença começou a espalhar-se por todo o mundo. Os que sofriam, notavam que o seu coração se ia tornando cada vez mais pequeno. Iam perdendo forças e a alegria. Só tinham vontade de estar deitados.

Os médicos não percebiam como isto era possível. Por mais medicamentos que receitassem, não conseguiam curá-los. Alguns tentaram fazer transplantes de coração, mas voltava novamente a ficar pequeno. Já não sabiam o que fazer.

Entretanto, a doença ia-se contagiando rapidamente a mais pessoas. Os hospitais já estavam cheios e continuamente iam aparecendo novos doentes. Rapidamente, todo o mundo ficou doente do coração. Todos estavam deitados nas suas camas esperando o fim. Bom, quase todos.

Havia uma pessoa que não tinha sido contagiada. Era um velhinho que, ao contrário de todos, tinha um coração grande. O seu coração era maior que o normal. Dedicou-se a cuidar dos doentes.

Deu-se conta de que, se pegasse na mão do doente e lhe sorrisse, o seu coração pequeno começava a crescer. E quando deixava a mão do doente, o coração deixava de crescer. Depressa descobriu o que ninguém tinha podido descobrir: essa estranha doença, que encolhia os corações, era provocada por falta de amor.

Pôs mãos à obra: começou a cuidar doente por doente. Pegava-lhes na mão e sorria-lhes. Quando tinham o coração grande para amar, já se podiam levantar da cama e ajudá-lo a curar outros doentes.

Rapidamente foi-se estendendo por todo o mundo este novo medicamento, desconhecido por muitos. Começaram a aparecer em todas as partes pessoas de grande coração. Toda a gente se curou e os seus corações voltaram a bater com força.

Desde então, ninguém mais voltou a sofrer daquela estranha doença. Bastava pegar na mão e sorrir.

ERA UMA VEZ "Edições Salesianas"

Sopa de letras

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

UVAS
MARACUJA
ABACAXI
BANANA
LARANJA
MORANGO
CEREJA
AMORA
FRAMBOESA
MIRTILO
GROSELHA
FIGO
TANGERINA

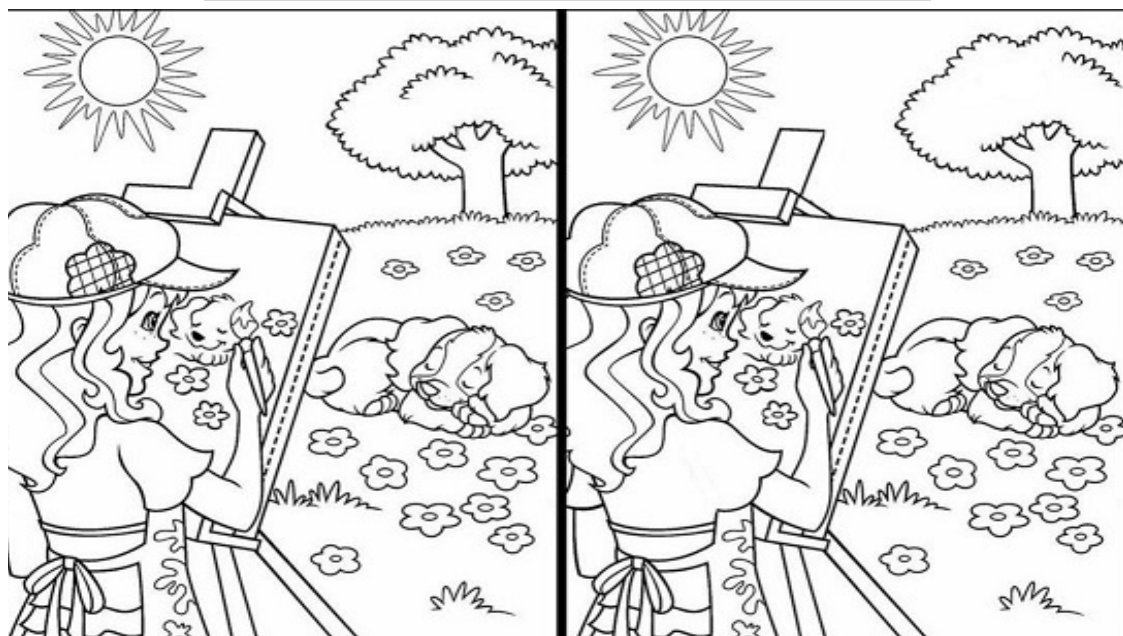
Imagem para colorir



Procura que encontras



Descobre as 7 diferenças



Sudoku - puzzle

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



CAMPOS VOCACIONAIS E RETIRO VOCACIONAL

Para Adolescentes e Jovens



Campos vocacionais do Pré-Seminário

- 6º a 8º anos de escolaridade - 1 a 3 de Abril
 - 9º a 11º anos de escolaridade - 10 a 13 de Abril
 Local: Ambos acontecem no Seminário de Penafirme.
 Inscrição: falar com o Pároco

Retiro vocacional

- Para maiores de 17 anos (a partir do 12º ano, inclusive) - 1 a 3 de Abril
 Local: Seminário de Caparide.

Intenção do Papa

Abril - 2022



Pelos profissionais de saúde

Para que o compromisso dos profissionais de saúde na assistência às pessoas doentes e aos idosos, sobretudo nos países pobres, seja apoiado pelos governos e pelas comunidades locais.



Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores

Recta da Granja, Lote 6
 2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.com



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 - Abril 2022 - Ano C

	Dia 3	Dia 10	Dia 17	Dia 24	PÁSCOA  Se Cristo não tivesse derramado o seu Sangue por nós, não teríamos qualquer esperança, o nosso destino e do mundo inteiro seria inevitavelmente a morte. Mas a Páscoa inverteu a tendência: a Ressurreição de Cristo é uma nova criação, como um enxerto que pode regenerar toda a planta.
	V Domingo QUARESMA	DOMINGO DE RAMOS	PÁSCOA	2.º DOM. PÁSCOA	
Leitura I	Is 43, 16-21	Is 50, 4-7	Actos 10, 34a.37-43	Actos 5, 12-16	
	«Vou realizar uma coisa nova: matarei a sede ao meu povo»	«Não desviei o meu rosto dos que Me ultrajavam, mas sei que não ficarei desiludido»	«Comemos e bebemos com Ele, depois de ter ressuscitado dos mortos»	«Cada vez mais gente aderiu ao Senhor pela fé, uma multidão de homens e mulheres»	
Salmo	125, 1-6	21, 8-9.17-18a.19-20.23-24	117, 1-2.16ab-17.22-23	117, 2-4.22-27a	
	"O Senhor fez maravilhas em favor do seu povo."	"Meu Deus, meu Deus, porque me abandonastes?"	Este é o dia que o Senhor fez: exultemos e cantemos de alegria."	"Aclamai o Senhor, porque Ele é bom: o seu amor é para sempre."	
Leitura II	Filip 3, 8-14	Filip 2, 6-11	Col 3, 1-4	Ap 1, 9-11a.12-13.17-19	
	«Por Cristo, considere todas as coisas como prejuízo, configurando-me à sua morte»	«Humilhou-Se a Si próprio; por isso Deus O exaltou»	«Aspirai às coisas do alto, onde está Cristo»	«Estive morto, mas eis-Me vivo pelos séculos dos séculos»	
Evangelho	Jo 8, 1-11	Lc 22, 14-23, 56	Jo 20, 1-9	Jo 20, 19-31	
	«Quem de entre vós estiver sem pecado atire a primeira pedra»	Paixão de Nosso Senhor Jesus Cristo	«Ele tinha de ressuscitar dos mortos»	«Oito dias depois, veio Jesus ...»	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Abril

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
12H00						Ramalhão
13H00				Hospital CUF		
17H30	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	
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 1 – Sexta-feira da semana IV
Encontro da Pastoral Socio-Caritativa
09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel
21.00h Confissões da UPS, em S. Miguel
21.15h Encontro de Grupo de Jovens da UPS

Dia 2 – Sábado da semana IV
10.00h Confissões Catequese e Escuteiros, em S. Miguel
17.15h Confissões em Manique de Cima
21.30h Reunião do Clero da UPS

Dia 3 – Domingo V da Quaresma
09.30h RETIRO QUARESMA da UPS, orientado pelo Pe. Peter Stilwell

Dia 5 – Terça-feira da semana V
17.00h Confissões em S. Pedro
21.15h Reunião de Direção do CNE

Dia 6 – Quarta-feira da semana V
10.30h Reunião da Conf. S. Vicente Paulo
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 7 – Quinta-feira da semana V
16.00h VIA SACRA - Renovamento Carismático
17.00h Confissões no Linhó

Dia 8 – Sexta-feira da semana V
21.15h VIA SACRA UPS - início na Correnteza, ou na igreja de S. Miguel se estiver de chuva

Dia 9 – Sábado da semana V
15.00h Confissões em Galamares
16.30h Confissões Catequese, em S. Pedro
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

Dia 10 – Domingo de Ramos na Paixão do Senhor

10.15h Missa na Várzea
11.30h BÊNÇÃO DA 1ª PEDRA da igreja da Várzea
12.00h Almoço convívio na Várzea

Dia 12 – Terça-feira da Semana Santa
16.00h Confissões em S. Martinho

TRÍDUO PASCAL
Dia 14 – QUINTA-FEIRA SANTA
10.00h Missa Crismal, na Sé
18.00h Missa da Última Ceia, no Ramalhão
18.15h Missa da Última Ceia, no Linhó
19.00h Missa da ÚLTIMA CEIA, em S. Pedro
21.30h Missa da ÚLTIMA CEIA - S. Martinho

Dia 15 – SEXTA-FEIRA SANTA
Dia de jejum e abstinência
10.00h Oração de Laudes em S. Pedro
15.00h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO, em S. Miguel
15.00h Celebração da Paixão, no Ramalhão
15.30h CELEBRAÇÃO DA PAIXÃO, em S. Pedro
17.00h Celebração da Paixão, no Linhó

Dia 16 – SÁBADO SANTO
10.00h Oração de Laudes em S. Miguel
21.15h VIGÍLIA PASCAL, em S. Miguel

Dia 17 – DOMINGO DE PÁSCOA
09.00h Missa em Janas e na Abrunheira
10.15h Missa em São Pedro, Lourel e Várzea
11.30h Missa em São Miguel
11.30h Missa em Monte Santos
11.45h Missa no Linhó
12.00h Missa no Ramalhão

16.30h Missa em Galamares e em Manique de Cima
19.15h Missa em S. Martinho

Dia 22 – Sexta-feira da Oitava da Páscoa
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 23 – Sábado da Oitava de Páscoa
Aniversário do Diác. Carlos Brito Marques
ACAGRUP dos Escuteiros (até 25 abril)
Cruz da Jornada Mundial na UPS (23 a 29 abril)

Dia 24 – Domingo II da Páscoa ou Divina Misericórdia
Presença de jovens missionários da Consolata
09.00h Colheita de sangue, Salão de S. Miguel

Dia 25 – Segunda-feira – S. Marcos
10h Passeio cultural pelas igrejas históricas de Sintra
com Cruz das JMJ – inscrição no Cartório

Dia 27 – Quarta-feira da semana II
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 28 – Quinta-feira da semana II
15.00h Missa no Lar AsasTAP
21.00h Reunião do Secr. Permanente do C.P.

Dia 29 – Sexta-feira – Sta. Catarina de Sena

Dia 30 – Sábado da semana II
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

NO PRÓXIMO MÊS:
1 Maio: Missa em Santa Eufémia às 11h, seguida de almoço e arraial
21 Maio: Encontro Cristão Ecum. em Sintra



Notícias dos Vicentinos

Hermínia Dionísio

Compromisso Vicentino

O passado dia 13 de março foi um dia muito feliz para a nossa conferência, e penso, que para todos os vicentinos da Sociedade S. Vicente de Paulo – Portugal (SSVP-P). A família vicentina recebeu mais dois elementos, a Glória Marques e a Teresa Borralho que fizeram o seu compromisso na Missa das 10H15m na Igreja Paroquial de S. Pedro de Penaferrim.

A Glória começou a colaborar com a Conferência de São Pedro de Penaferrim antes da pandemia e a Teresa durante a pandemia, ambas se dedicaram com muito amor e carinho ao serviço dos nossos irmãos mais necessitados. Ambas as aspirantes participaram no “Percurso Formativo para o Compromisso Vicentino” - módulos: Espiritualidade SSVP, Funcionamento da Conferência e Conversa entre irmãos. Esta formação foi promovida pelo Conselho de Zona de Queluz (território do concelho de Sintra), Portugal – CZQ-SSVP-P.

A Celebração Eucarística foi presidida pelo nosso Pároco, Sr. Padre Armindo Reis.

Após a Homília a Presidente da conferência, consócia Hermínia Dionísio, chamou as duas aspirantes e o Presidente do CZQ-SSVP-P, Carlos

Macias, tendo este dirigido algumas palavras à assembleia sobre o acto e o seu significado. De seguida, este solicitou a presença do Presidente do Conselho Central de Lisboa (CCL-SSVP-P), confrade Vasco Ferreira.

As aspirantes fizeram o seu compromisso junto do estandarte da conferência e da bandeira do CZQ-SSVP-P. Após o compromisso o confrade Vasco Ferreira entregou a Regra da SSVP e o diploma de vicentino, tendo posteriormente o confrade Carlos Macias colocado na lapela o pin, logomarca da SSVP.

No compromisso as aspi-

rantes prometeram observar fielmente o espírito e os preceitos da Regra da SSVP e dedicar-se ao serviço do próximo, vendo sempre nele o próprio Cristo, como S. Vicente de Paulo e o Beato Frederico Ozanam.

Por fim, o Sr. Padre Armindo Reis, guia espiritual da conferência, abençoou as novas vicentinas.

No final da Eucaristia, o confrade Vasco Ferreira agradeceu ao Sr. Padre Armindo e à comunidade de São Pedro de Penaferrim.

Os compromissos vicentinos com a pandemia come-

çaram a realizar-se na paróquia onde as conferências exercem a sua missão. Antes da pandemia tinham lugar nas instalações das irmãs de S. Vicente de Paulo no Campo Grande, reunindo-se ali todos os vicentinos das conferências agregadas ao CCL-SSVP-P.

Após vários compromissos já realizados constata-se que é com alegria e espírito de comunhão que esta ceri-



mónia é vivida nas comunidades. Tem sido de opinião generalizada que o compromisso na paróquia faz todo o sentido pois é aí que os novos vicentinos podem ser apresentados à comunidade e porque aí, maioritariamente, irão exercer a sua missão. Por outro lado, tem sido uma oportunidade para os Conselhos de Zona e do CCL-SSVP-P se apresentarem às comunidades e as comunidades também se apresentarem aos Conselhos.

Acompanharam e testemunharam este compromisso vários confrades e consócias da conferência e do CZQ-SSVP-P.

No final da Missa fez-se a foto de grupo.

ALEGRA-TE CHEIA DE GRAÇA



Alegra-te: Maria, venha partilhar da alegria do tempo do Messias, que está a chegar! Tu és cheia de graça: Tu és alguém muito especial, agraciada por Deus contemplada por Ele. O Senhor está contigo: Tu terás uma missão exigente, mas o Senhor estará ao teu lado dando-te força para realizar o que Ele te pede.

Senhor, na tua presença me alegro, como uma criança diante do brinquedo desejado. E tu brincas comigo, e eu contigo. Em ti me alegro, pois tu és a grande Boa-Notícia. Obrigado por receber tantos dons. Sinto muitos sinais do teu amor e da tua misericórdia na minha vida. E, como Maria, digo que podes contar comigo. Quero ajudar a realizar o teu sonho sobre a humanidade. Eis-me aqui, como teu servidor, como tua servidora. Eu quero que se faça em mim segundo a tua vontade. Tu estás comigo, teu Espírito repousa sobre mim. Tu estás em mim. Ouço a tua voz: Alegrete, agraciada, agraciado, o Senhor está contigo! Senhor, ensina-nos a sermos como Maria:

- Ser como Maria, mulher de fé, humilde serva, que louva pela salvação recebida, que deixa transparecer a sua interioridade;
- Ser como Maria, profetisa e membro da nova humanidade que proclama a vinda do Reino de Deus mediante a sua ação transformadora nas relações sociais;
- Ser como Maria, mulher de Israel, que recorda a ação de Deus e a sua fidelidade na história dos Pobres;
- Ser como Maria, que defende o interesse dos Pobres, “que derruba do trono os poderosos e eleva os humildes”;
- Ser como Maria, “que aos famintos enche de bens, e despede os ricos de mãos vazias”;
- Ser como Maria, que disse: Minha alma proclama a grandeza do Senhor, meu espírito se alegra em Deus, meu salvador, porque olhou para a humilhação da sua serva. Doravante todas as gerações me felicitarão, porque o Todo-poderoso realizou grandes obras em meu favor: o seu nome é santo, e sua misericórdia chega aos que o temem, de geração em geração. Ele realiza proezas com o seu braço: dispersa os soberbos de coração, derruba do trono os poderosos e eleva os humildes; aos famintos enche de bens, e despede os ricos de mãos vazias. Socorre Israel, seu servo, lembrando-se da sua misericórdia - conforme prometera aos nossos pais - em favor de Abraão e da sua descendência, para sempre.

Boletim SSVP P

IN Maria na Espiritualidade Vicentina

Cuidados: Lagarta do Pinheiro



A lagarta do pinheiro é um inseto dos pinheiros e cedros em Portugal. Tem o corpo dividido em pequenos segmentos, cada um dos quais com milhares de pelos urticantes de coloração alaranjada que se vão libertando e espalhando pelo ar à medida que a lagarta se desloca. Estes pelos, em contacto com a pele, mucosas e olhos, são responsáveis pelas alergias.

SINAIS E SINTOMAS

A gravidade da reação alérgica depende da intensidade, exposição e sensibilidade individual:

Reação urticariforme: irritação cutânea com pele vermelha, comichão, ardor e inchaço. As alterações cutâneas têm o aspeto de manchas vermelhas e babas. Podem estar limitadas ao local de contacto ou serem mais ou menos generalizadas abrangendo uma área mais vasta do corpo.

Irritação ocular: em tudo semelhante a uma conjuntivite com os olhos avermelhados, comichão e inchaço.

A **inalação** dos pelos pode desencadear tosse e dificuldade respiratória de gravidade variável.

Os sintomas podem surgir alguns minutos ou horas após o contacto e persistir por várias horas ou dias.

TRATAMENTO

O tratamento depende da intensidade dos sintomas:

- Lavagem da pele / ocular com água corrente;
- Remoção dos pelos urticantes que possam ter ficado aderentes à pele (por ex. com adesivo);
- Remoção do vestuário;
- Aplicação local de creme hidratante;
- Administração de anti-histamínico por via oral.

Em contacto por via ocular deve recorrer à observação por oftalmologista.

Perante uma reação alérgica intensa deve ser observado no serviço de urgência.

Se necessário ligue 112.

Em ambos os casos, ligue para o **CIAV – 800 250 250**

JMJ “ Contagem Decrescente”

Já estamos em contagem decrescente! Estão cada vez mais próximas as Jornadas Mundiais da Juventude 2023. Para que ninguém se perca no tempo, e para que todos se possam envolver e acompanhar a preparação das JMJs, foi colocado, em cada paróquia da UPS, um cartaz que dá a indicação do tempo que falta para as tão desejadas Jornadas!

Sentir a aproximação das JMJs é entusiasmante mas também requer mais responsabilidade, requer ter um coração pronto para acolher as aventuras de uma jornada, mas acima de tudo, neste caso específico, requer estar preparado para acolher milhares de jovens. Assim sendo, para que cada jovem participante possa usufruir das jornadas com maior proveito possível, os jovens portugueses encontram-se já em grandes preparações. Neste momento, as paróquias já têm equipas de jovens às quais es-

tão a ser lançados vários desafios pelas equipas vicariais e pelas equipas diocesanas. O objetivo destes desafios é ajudar os jovens a envolver as paróquias na preparação das jornadas, dar formação aos jovens voluntários, encontrar espaços de acolhimento, preparar atividades, garantir que no verão de 2023 as paróquias estão preparadas para as JMJs.

Uma das atividades preparadas pelos jovens foi a Via Sacra Vicarial. Foi no passado dia 20 de Março, pelas 15h30, na Igreja da Agualva. Estiveram presentes jovens, adultos e elementos do clero de todas as Paróquias da Vigaria. Um belo momento de oração, que embora triste na sua essência por ser um caminho de dor e sofrimento, foi um momento que provou a possibilidade de organizar atividades em conjunto, pois para esta Via Sacra, cada paróquia deu a sua contribuição na organização. No mês de Abril, entre 23 e 29, vai estar presente na UPS a Cruz das JMJs. Esta Cruz tem estado a viajar por todas as paróquias

da Diocese e durante uma semana vai estar connosco: No dia 24 de Abril vais estar nalgumas Igrejas da Unidade Pastoral.

No dia 25 de Abril vai estar presente na caminhada da Cruz, um passeio que está a ser organizado entre Igrejas e com pontos de passagem de relevância no nosso património religioso.

- No dia 26 de Abril vai estar na Igreja de S. Pedro.

- No dia 27 de Abril vai estar no Ramalhão.

- No dia 28 de Abril vai estar na Escola Secundária de Santa Maria.

- No dia 29 de Abril haverá um momento de oração e de seguida a Cruz será passada à paróquia de Colares.

Os desafios para as jornadas vão começar a crescer e o COP, Comité de Organização Paroquial conta com a envolvimento de toda a UPS, sejam jovens ou adultos, toda a colaboração será bem-vinda, porque na essência as Jornadas são para os Jovens, mas em 2023, as Jornadas contam com os Portugueses.

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

Santa Senhorinha “A Pequena Senhora”

Domitilla Ufes, filha de condes, nasceu em 925 em Vieira do Minho no Condado Portucalense. Perdeu cedo a mãe e, D. Ufo, o pai, passou a tratá-la por Senhorinha.

Tinha apenas 15 anos quando recusou casar - uma vida monástica era a sua vontade. Foi recebida no mosteiro de S. João de Vieira do Minho, da Ordem de S. Bento, e lá fez o seu noviciado e professou os seus votos.

Aos 36 anos a Irmã Senhorinha tornou-se abadessa do mosteiro e, pouco depois, a ordem teve de se transferir para um mosteiro em Cabeceiras de Basto.

A 22 de Abril de 982, com 58 anos, a Irmã Senhorinha faleceu com

fama de santidade, e em 1130 foi canonizada pela Igreja Católica.

Pouco se sabe sobre a vida de Santa Senhorinha mas foram-lhe atribuídos vários milagres: teria transformado água em vinho, interrompido tempestades para se realizar a colheita de trigo, silenciado animais para permitir o ofício litúrgico e, já falecida, foi-lhe atribuído o milagre em que um cego ganhou visão quando o arcebispo quis exumar o seu corpo.

Na época devido à grande devoção que Santa Senhorinha inspirou, o seu túmulo passou a ser um grande centro de peregrinações, e por esse motivo a localidade de S. Jorge de Basto passou



a denominar-se Santa Senhorinha de Basto e atualmente apenas referida como Basto.



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 do frontispício do antigo Lar de Santo Agostinho, em Galamares.

VIA SACRA da UPS

8 de abril, sexta-feira, 21.15h

Com início na Correnteza,
(ou na igreja de S. Miguel
se estiver de chuva)



**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 - quintinoemoraismail.telepac.pt www.funerariaquintinoemoraismail.pt