



Cruz Alta



Maio 2022

Edição nº 197 - Ano XX
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



XII ENCONTRO CRISTÃO ECUMÉNICO

PÁGINA 15

21 DE MAIO | 20H45 |
AUDITÓRIO OLGA CADAVAL

*Orçamento
Participativo
da Junta de Freguesia
- em votação*



*1º Ciclo de Órgão de
Sintra em S. Martinho
- 19 a 22 de Maio*



Páscoa




PRIMEIRA PEDRA NA IGREJA DA VÁRZEA

PÁGINA 3

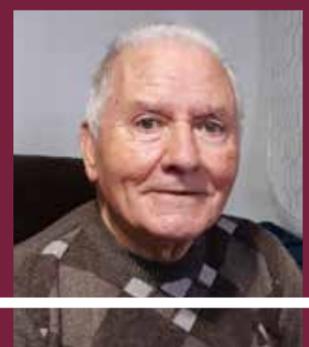
JMJ 2023

Página 12



Histórias de Vida:

Página 10





Editorial

José Pedro Salema

Ressurreição, razão de viver!



Este período Pascal faz-me sentir a importância de ser cristão. Na verdade é um desafio inquietante à minha formação, que é constantemente confrontada com a busca da fé.

Sou mais um Tomé, à procura de certezas e de provas de que Cristo ressuscitou! Mais uma vez sou posto à prova, posto à frente desta única verdade, que é a certeza da minha vida em direção a Deus.

Cristo ressuscitou mesmo! Como compreender isto? Como compreender que Cristo apareceu aos discípulos para comer com eles, estando "as portas e janelas fechadas"? Pois é, é uma verdadeira prova de fé, para acreditarmos sem ver, para crermos... E a Sua Palavra, que a Igreja nos oferece diariamente, é uma provocação constante à minha fé e a certeza que Jesus venceu a morte e a vida têm uma verdadeira razão de ser!

Cristo ressuscitou, e é esta certeza que eu vou buscar na Missa, em cada domingo, em cada Eucaristia. O Corpo e o Sangue de Cristo são-nos dados para que nós mesmos, por nossa vez, sejamos transformados. Nós próprios devemos tornar-nos Corpo de Cristo, seus consanguíneos. Todos comemos o único Pão, mas isto significa que entre nós nos tornamos uma só coisa. É este alimento que

recebo tantas vezes, que me dá forças para querer sempre mais, para conseguir mostrar aos outros, com a minha alegria, que vale a pena ser de Cristo, ser cristão.

Este calor que sinto cá dentro, o mesmo ardor que sentiram os discípulos de Emauz: "Não sentíamos nós o coração a arder sempre que Ele falava de Deus"?

"Desde sempre que todos os homens, de alguma forma, aguardam no seu coração uma mudança, uma transformação do mundo. Pois este é o único acto central de transformação capaz de renovar verdadeiramente o mundo: a violência transforma-se em amor e, por conseguinte, a morte em vida. E, porque este acto transforma a morte em vida, a morte, como tal, já está superada a partir do seu interior, nela já está presente a ressurreição. A morte está, por assim dizer, ferida intimamente, de modo que jamais poderá ser ela a última palavra. [...] (Bento XVI-JMJ 2008)".

Que eu seja transformado e que um dia eu possa ser também Corpo de Cristo. Deus já não estará só diante de nós, mas está dentro de nós, e nós estamos n'Ele. A partir de nós, deseja propagar-se aos outros e difundir-se em todo o mundo, para que o Seu amor Se torne realmente a medida dominante do mundo.



Os Nossos Padres

Pe. Jorge Doutor

Apoiar os jovens na preparação para as JMJ

No Sábado, 23 de abril, numa representação de jovens da nossa Unidade Pastoral de Sintra foi à Paróquia de Queijas receber a Cruz Diocesana das Jornadas Mundiais da Juventude, que está a percorrer as várias Paróquias da Diocese de Lisboa.

Essa cruz permaneceu em Sintra até à noite de 29 de abril, noite de oração em que, no final, foi entregue à Paróquia de Colares.

Estes dias com este símbolo das JMJ entre nós são um despertar da nossa consciência de que esse grande encontro mundial dos jovens com o Papa requer que nos preparemos, pois está para breve: será no Verão de 2023 (1 a 6 de agosto), se Deus quiser.

Os nossos jovens promoveram várias iniciativas, em muitos locais da nossa Unidade Pastoral, para que esta tomada de consciência seja acolhida pelas mais diversas pessoas da nossa comunidade.

Algo importante que todos devemos cuidar é ajudar os jovens – das nossas famílias, da nossa vizinhança, do nosso círculo de relações – a



integrarem a pastoral juvenil. Temos os grupos SayYes (até aos 15-16 anos); o Grupo de Jovens; os Acólitos; os Escuteiros... Há também a pastoral juvenil realizada pelas congregações religiosas, movimentos católicos, escolas católicas, etc. Integrar os jovens nesses grupos é a melhor forma de se prepararem para poderem fazer uma forte experiência cristã, humana e de fé, na JMJ de Lisboa 2023!

Simultaneamente, vamos rezando pelo bom êxito e bons frutos das Jornadas e estejamos atentos aos vários apelos e iniciativas que vão sendo desenvolvidos! Podem acompanhar tudo isto em <https://www.lisboa2023.org/pt> e no suplemento do jornal da Diocese "Voz da Verdade". ■



A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

O MEU SILÊNCIO, uma oração no tempo actual

Quando mergulho no meu silêncio e coloco diante de Deus o porquê de tantas coisas que não gostamos e nos fazem sofrer e para as quais não tenho respostas, pergunto onde está o nosso Deus? Grito tantas vezes onde estás Senhor, será que o meu Deus morreu? Esta questão não é nova a todo o homem que se interroga porque não consegue compreender tantas questões que se lhe colocam no dia a dia: porquê tantas guerras, porquê tanto egoísmo, porquê o homem lobo do homem? É certo que Tu previstes tudo isto,

disseste aos teus discípulos para terem cuidado com os homens (Mt.10,7) mas será que a mensagem das bem-aventuranças, a parábola do bom samaritano já não fazem sentido na nossa sociedade? Então porquê irmão contra irmão, nação contra nação, espalhando a destruição e a morte? Porquê este espectáculo que nos envergonha?

Senhor, Tu também vives-te num tempo atribulado da história humana e ensinaste aos homens que esse não era o caminho. Disseste que o caminho era o do amor e de um

amor oblato.

Deixaste-nos o exemplo ao dares a vida por cada homem e recebeste a indiferença, o escárnio e abandono.

Do alto da cruz Jesus sente-se abandonado e num grito lancinante que irrompe do Seu coração grita: Meu Deus, meu Deus, porque me abandonaste? (Mt.27,46b; Mc.16,34b).

Quando aceitamos a vontade de Deus nas nossas vidas, confiamos e a esperança está sempre presente implorando como o profeta: Senhor, fazei reviver as vos-



sas obras através dos tempos (Hab.3,2b).

Porque o Senhor não abandona o Seu povo e é fiel à Sua aliança: Vós saídes para salvar o vosso povo (Hab.3,13).

Entregando-nos à vontade de Deus, ao Deus da vida, confiamos-nos todos a Ele, porque o Senhor Deus é a nossa esperança: O Senhor Deus é a minha força (Hab.3,19). ■



Orçamento Participativo: Capela esquecida no Linhó

Pe. Armindo Reis

A Paróquia de São Pedro de Penaferim, na pessoa do Pároco, concorreu ao Orçamento Participativo da Junta de Freguesia propondo a recuperação de uma antiga Capela de Nossa Senhora da Penha, situada num jardim do Linhó. Quando as quintas foram urbanizadas, esta capela ficou em espaço público, mas esquecida no tempo.



Já quase ninguém sabia que era uma capela, dado o estado em que se encontra. O Pároco ao passar pelo local reparou na curiosa arquitetura e, depois de se informar na Junta de Freguesia e fazer uma visita ao seu interior, percebeu tratar-se mesmo de uma capela. É um edifício que aparenta ser muito antigo (sec.XVI a XVIII?) e que merece ser recuperado e devolvido à sua função religiosa. A ideia é restaurar preservando ao máximo o que existe e colocar uma porta dupla de vidro e gradeamento para que o interior possa ser admirado pela população.

Para que seja possível o restauro apelamos a que os



paroquianos se dirijam à Junta de Freguesia para colocar o seu voto neste projeto.



ORÇAMENTO PARTICIPATIVO PROPOSTAS ADMITIDAS ANO 2021

VOTE NOS PROJETOS ABAIXO IDENTIFICADOS, DE 18 DE ABRIL A 20 DE MAIO DE 2022
NA SEDE E DELEGAÇÕES DA JUNTA E NAS LOCALIDADES INDICADAS NO VERSO

Proponente	Área	Objeto	Valor
Pe Armindo Reis	Cultura Ambiente e Qualidade de Vida	Requalificação da Capela de Nª Srª da Penha, no Linhó	€ 22.742,40
Grupo Motard Moto Andanças	Património Ambiente e Qualidade de Vida	Recuperação da Fonte de Lourei	€ 9.741,01
Leopoldo Santos	Ambiente e Qualidade de Vida	Instalação de estacionamento de bicicletas, na Albrunheira	€ 6.691,20
Luísa Lourenço	Ambiente e Qualidade de Vida	Criação de um percurso interpretativo da flora espontânea e mediterrânea no Parque de Lazer de Nafarrois	€ 10.179,88
Rui Grazina	Educação	Projeto Educativo "Pontonas e Verdures" - Dinamizar o Bairro da Estefânia	€ 3.000,00
Santa Casa da Misericórdia de Sintra	Educação	Instalação do equipamento de recreio de creche no Jardim de Infância de Sintra, da Santa Casa da Misericórdia	€ 2.294,70
Sociedade Recreativa Várzea de Sintra	Ambiente e Qualidade de Vida	Requalificação do Pavilhão da Várzea de Sintra	€ 16.546,60
Vasco Costa	Educação Ambiente e Qualidade de Vida	Pintura de Mural na Escola Básica nº 1 de São Pedro	€ 2.214,00



Lançamento da 1ª Pedra da Igreja da Várzea

Pe. Armindo Reis

10 de Abril foi um dia de grande alegria para os cristãos das comunidades que se costumam reunir na Várzea, porque assinalou o início da construção da igreja há tanto tempo desejado.

O Programa começou com a Missa de Ramos, presidida pelo Sr. Bispo D. Joaquim Mendes, na capela provisória da CHESMAS, que encheu por completo. Depois a bênção do terreno e lançamento da 1ª pedra, que recebeu cimento pela mão do Sr. Bispo e foi colocada no fundo dos alicerces pelo Sr. Arq. Pedro Gaspar, um dos sócios da empresa construtora. Esti-

veram presentes também a Vereadora Piedade Mendes, em representação do Presidente da Câmara, dois membros da Junta de Freguesia, José Domingues e Paulo Pedroso, o Arq. João Wemans, autor do projeto, o Eng. José Pedro Salema Garção, responsável pela fiscalização da obra, o Eng. Pedro Tomásio que nos orientou nas especialidades, a presidente da CHESMAS, Maria de Jesus Gonçalves, e muitos outros paroquianos e benfeitores. O programa terminou com um belo almoço servido por um grupo de paroquianos desta comunidade no pavilhão da Sociedade Recreativa da Vár-

zea. Há quase 50 anos que se falava em construir uma igreja na Várzea, mas em 1991 o Pe. João de Sousa criou uma comissão para o efeito. Em 1997 o Pe. Carlos Jorge mandou fazer um projeto que

dioso para esta comunidade e que também, devido a uma confusão, nos foi comunicado que a igreja projetada não caberia no terreno cedido pela Câmara, pelo que, em 2014, decidimos encomendar um

e que fosse exequível com alguma brevidade. Foi essencial em todo este processo o saudoso Dr. Hernâni Loureiro, grande homem e cristão, que tanto desejava a construção da igreja. Foram muitas as contrariedades para conseguirmos o licenciamento, mas com paciência e persistência conseguimos chegar a esta fase, em que estamos a começar a construção da igreja.

Será um templo pequeno, com capacidade para cerca de 150 pessoas, sendo parte do espaço da igreja também polivalente para salão e capela mortuária. Terá também 3 salas de catequese. Esta primeira fase, que tem um custo de 220.000,00€+IVA, compreende apenas as estruturas, esgotos e telhado. Depois provavelmente teremos de enveredar por administração direta, para irmos avançando com as obras consoante o dinheiro que angariarmos. Neste momento ainda nos faltam 80.000,00€ para esta 1ª fase.

A Equipa de Coordenação Pastoral da Várzea, nas pessoas da Maria dos Anjos Alves e Miguel Rodrigues, agradece às pessoas desta comunidade, e mesmo outras da Unidade Pastoral, as ajudas que têm dado para prosseguirmos neste objetivo. Precisamos da ajuda de todos!



se revelou demasiado dispen- novo projeto, mais modesto



I Ciclo de Órgão de Sintra

Os Sons do Divino

Igreja de São Martinho

SINOPSE

O Órgão será um dos instrumentos musicais mais antigos tendo sofrido grandes modificações ao longo dos séculos. Foi, contudo, entre os séculos XVII e XVIII que este instrumento mais se desenvolveu e disseminou na Europa, nomeadamente nas igrejas, mosteiros e conventos apresentando diferentes características consoante a escola de construção: italiana, alemã, francesa, holandesa ou a ibérica. O Órgão torna-se, assim, indispensável no acompanhamento da liturgia. Portugal não é excepção neste contexto.

Especificamente em Sintra, a Igreja de São Martinho, após os severos danos sofridos pelo terramoto de 1755, é sujeita a profundas obras de reconstrução que se concluíam na década de setenta do século XVIII e, nesta circunstância, seria indispensável instalar na Igreja um novo Órgão que servisse a liturgia. O projecto é entregue à família Fontanes, à época estabelecida em Lisboa e, em especial, ao jovem organeiro Joaquim Peres Fontanes (1750-1818), que viria a tornar-se um dos principais mestres organeiros em Portugal (são de sua autoria três do fabuloso conjunto de seis órgãos da Basílica de Mafra).

O Órgão da Igreja de São Martinho, datado de 1776, é considerado como um dos primeiros, se não mesmo o primeiro, Órgão construído por Peres Fontanes e é hoje classificado como Bem de Interesse Público.

Este histórico Órgão de Peres Fontanes é um órgão positivo de armário, construído com fortes influências da organaria italiana possuindo mais de seis centenas de tubos. O recente restauro deste importante instrumento recupera a sua sonoridade original permitindo-nos descobrir os sons de Sintra em finais de setecentos.



19 de Maio de 2022

21h00

PORTUGAL E ITÁLIA

Explorando as potencialidades do Órgão da Igreja Paroquial de São Martinho, João Vaz, um dos mais conceituados organistas portugueses da actualidade, apresenta um programa que une Portugal e Itália, as duas influências presentes na construção do instrumento. Serão interpretadas obras de compositores portugueses como Pedro de Araújo, Frei Diogo da Conceição, Frei Domingos de São José, Carlos Seixas, Frei Jerónimo da Madre de Deus, Frei Francisco de São Boaventura e José da Madre de Deus e dos italianos Bernardo Pasquini, Baldassare Galuppi e Giuseppe Antonio Paganelli.

Intérprete

João Vaz, órgão

20 de Maio de 2022

21h00

A PAIXÃO NO FEMININO

O Órgão é o instrumento basilar da música sacra, servindo a liturgia tanto a solo como instrumento acompanhador de vozes solistas e coros ou como baixo contínuo em ensembles instrumentais. Este concerto será inteiramente preenchido por árias e cantatas sacras para soprano e órgão de autores como Gasparini, Corselli, Rodrigues Esteves, Pasquini, Caldara, Bononcini, Brocarte, Händel, Vivaldi e Bach. Serão solistas a aclamada soprano Eduarda Melo e o organista Daniel Oliveira.

Intérpretes

Eduarda Melo, soprano

Daniel Oliveira, órgão

21 de Maio de 2022

21h00

CONCERTOS PARA ÓRGÃO

Neste programa o Órgão estará em destaque como instrumento solista de concerto. Embora o repertório concertístico para órgão seja relativamente limitado quando comparado com outros instrumentos solistas, é de relevante qualidade e exigência técnica como se evidencia neste programa, que nos apresenta obras de Carlos Seixas, Georg Friedrich Händel, Wolfgang Amadeus Mozart, Carl Philipp Emanuel Bach e Joseph Haydn. Como solista apresenta-se o organista Sérgio Silva juntamente com o Ensemble Barroco de Sintra.

Intérpretes

Sérgio Silva, órgão

Ensemble Barroco de Sintra

22 de Maio de 2022

18h00

OS SONS DO DIVINO EM SINTRA

Neste programa, que encerra o Ciclo, Sintra estará em destaque de forma especial. Serão apresentadas, em estreia moderna da sua versão original, duas obras do compositor José Cláudio de Almeida: Te Deum e Missa, ambas para solistas, coro masculino e órgão. As obras foram escritas em 1814 para a Igreja de Santa Maria permitindo-nos, hoje, descobrir as sonoridades que se faziam escutar em Sintra em inícios de oitocentos. A acompanhar o Ensemble Vocal do Sintra Estúdio de Ópera, no órgão, estará a cravista e organista Jenny Silvestre.

Intérpretes

Carlos Monteiro, tenor e direcção

André Henriques, barítono

Tiago Mota, baixo

Ensemble Vocal do Sintra Estúdio de Ópera

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

Queimaduras

Uma queimadura é uma lesão dos tecidos produzida pelo efeito do calor, por produtos químicos, pela electricidade, ou por radiações. O calor, embora não seja a única causa de queimaduras é a mais frequente. Apesar de a pele ser, geralmente, a parte do corpo mais atingida, os tecidos que se encontram por baixo também podem ser afectados e até os órgãos internos. A pele é, pois, a zona do nosso organismo mais atingida por queimaduras, mas não a única, naturalmente.

A gravidade de uma queimadura depende da quantidade de tecido atingido e da profundidade da lesão, que se descreve como de primeiro, segundo ou terceiro grau.

As queimaduras de primeiro grau são as menos graves e as mais frequentes.

Afectam apenas a camada superficial da pele, causando vermelhidão e dor e sensibilidade ao tacto, podendo ter uma duração de três dias. A queimadura solar da praia é um bom exemplo.

As queimaduras de segundo grau atingem já algumas camadas inferiores da pele. Formam-se bolhas, chamadas flictenas, cheias de líquido claro e transparente, parecendo água e a dor está presente. A superfície queimada pode ficar pálida com a pressão ao toque e inchada. Um acidente com água a ferver sobre um braço pode ser um exemplo deste tipo de queimadura. De notar que, este grupo pode dividir-se em superficial e profundo, sendo este já mais preocupante e exigindo cuidados médicos e de enfermagem.

As queimaduras de terceiro grau são graves, provocam lesões ainda mais profundas atingindo as várias camadas da pele. A superfície cutânea pode estar branca, amolecida ou negra, carbonizada ou endurecida. A área afectada perde sensibilidade ao tacto, podendo até não existir dor, dada a destruição das terminações nervosas. Os folículos capilares são destruídos, por isso os pêlos são facilmente arrancados pela raiz, assim como as glândulas sudoríparas (suor). O aspecto e os sintomas, geralmente, agravam dias após a ocorrência da queimadura. Por isso, só após alguns dias se poderá definir se se está presente perante uma queimadura do segundo grau profundo ou do terceiro grau.

Estas queimaduras de ter-

ceiro grau irão sempre deixar uma cicatriz na pele.

O tratamento e a evolução dependem da profundidade, da localização e da extensão da queimadura. Nas queimaduras do primeiro grau e segundo grau superficial a epiderme, que é a camada da pele exterior, destruída pela queimadura, renova-se rapidamente. As queimaduras graves podem pôr a vida em perigo e requerem hospitalização. A perda de líquidos do organismo, infeções e outras complicações poderão surgir e a falência dos rins e o choque são sinais de muita gravidade. Os enxertos de pele poderão ser uma opção, numa fase posterior.

Existem outros tipos de queimadura que podem ser graves, também, não atingindo a pele. Aquelas, por exem-

plo, que sofrem os bombeiros em que a inalação de fumo e ar quente do fogo podem queimar os pulmões, ou a ingestão de um produto químico como um ácido que, de forma accidental, pode queimar as paredes do esófago ou estômago. As queimaduras causadas pela corrente eléctrica podem ser provocadas pela queda de um raio sobre uma pessoa ou, por contacto com cabos eléctricos, linhas eléctricas caídas ou algum elemento que conduza a corrente. A gravidade da lesão pode variar de uma queimadura muito ligeira à morte e é determinada pelo tipo e intensidade da corrente, pela resistência do corpo à referida corrente no ponto de entrada, pelo percurso da mesma dentro do organismo e pela duração da exposição.



O Fim da Caçada

Áquêlá - Chefe de Alcateia, agrupamento 1134

Às 8h da manhã um autocarro esperava pela Alcateia junto à sede. Os Lobitos chegaram pouco tempo depois, muito entusiasmados, ainda que meio ensonados, mas o sono em breve desapareceu. Assim que entrámos no autocarro, começaram as conversas e os jogos com o companheiro do lado, e depois as canções. A viola ficou a cargo do chefe Tchill, as vozes foram asseguradas por todos, ninguém resistiu pelo menos a uma cantoria.

E o destino? O Cromeleque dos Almendres, perto de Évora. Tudo começou há três meses atrás com a escolha da

Caçada. Na escolha da Caçada os Lobitos decidem qual é o imaginário que a Alcateia iria viver nos próximos meses, o que normalmente inclui escolher a história que os irá guiar, as atividades que gostavam de fazer, os sítios onde gostavam de ir, os objetivos e a forma como os vão concretizar. Neste trimestre, a Caçada escolhida foi o Astérix e o Obélix. Em honra ao Obélix e ao menor que carrega às costas, a Alcateia escolheu visitar o Cromeleque dos Almendres e os chefes depois criaram a história à volta da visita. Neste caso, foi para celebrar o fim da Caçada, num local mágico,

onde só os gauleses corajosos e merecedores podiam ir, o Cromeleque dos Almendres.

Chegados ao local, e depois de vencer a probabilidade de aguaceiros que ameaçava o dia, foi altura de preparar a celebração. Como verdadeiros gauleses, os Lobitos tiveram de "caçar o Javali" e preparar o banquete. Depois foi altura de usufruir do manjar e de celebrar com alguns jogos tradicionais, e com o jogo surpresa que deixou Lobitos e chefes exaustos, mas muito felizes. Terminou assim a nossa Caçada, da forma como deve terminar, em celebração, cansados, mas muito contentes.



Peregrinação a Fátima

31 de maio



organizada pelo Grupo 2 M's
(Senhoras da Costura)

Mais informações e inscrição no Cartório da UPS

Tel: 219244744

E-mail: paroquias.sintra@gmail.com

Transporte e almoço incluído

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>

*Uma gota... muitas vidas!*Rotary
Club de Sintra 

Como vem sendo habitual, o **Rotary Club de Sintra** promoveu mais uma colheita de **Sangue** no dia 24 de abril no Salão Paroquial da Igreja de S. Miguel na Estefânia (Sintra) entre as 9h00 e as 13h00.

Este evento foi organizado pelo **Rotary Club de Sintra** em colaboração com o Instituto Português de Sangue e da Transplantação, a Associação de Dadores de Sangue do Concelho de SINTRA e a Unidade Pastoral de Sintra.

O resultado da ação foi positivo.

Salão Paroquial da Igreja de São Miguel

- Presenças: 49
- **Novos dadores: 05**
- Colheitas: 46
- Não puderam doar: 3

O **Rotary Club de Sintra** agradece a colaboração de todos os dadores que mais uma vez deram um pouco de si.

Lema do Rotary "Dar de si antes de pensar em si"

Um grande BEM HAJA



CONCERTO NA IGREJA DE S. MARTINHO



8 de Maio às 17.00h

pelo coro

"Serenissime"

dirigido pelo Maestro Steffen Wolf.

- Johann Sebastian Bach (1685-1750), Kantate Aus der Tiefen", BWV 131, Sätze 1,3+5
- Giovanni Croce (1557-1609), Voce Mea
- D.Buxtehude (1637-1707), Membra Jesu Nostri
- Benjamin Britten (1913-1976) A Hymn to the Virgin



Gota a Gota-Grupo de Ação Social Artigos doados em abril 2022

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº2	8	Farinha Láctea (Cerelac)	22
Fraldas Nº3	5	Flocos Cereais / Mel	78
Fraldas Nº5 (Dodot)	2	Cereais/Corn Flakes	45
Fraldas Nº4	7	Atum	100
Fraldas Nº5	8	Salsichas	100
Fraldas Nº6	18	Tomate	3
Fraldas adulto S	2	Cogumelos	5
Fraldas adulto M	4	Massa	46
Cuecas adulto M	1	Esparguete	46
Fraldas adulto L	5	Arroz	92
Cuecas adulto L	4	Grão e Feijão	92
Toalhitas	41	Azeite	46
Oleo Johnson	1	Óleo	2
Dentífrico	46	Leite c/choc. (200ml)	24
Panel Higiénico	24	Leite UHT Meio Gordo 1L	888
Detergente loica	3	Acúcar	46
Bolacha Maria/Torrada	86	Nescafé descafeinado	22
Aptamil/Nan-Nº 1	3	Chocolate em pó	1
Aptamil/Nan-Nº 2	2	Chá	2
Aptamil/Nan-Nº 3	2	Café	1
Aptamil/Nan-Nº 4	4	Chocapic	12
Fruta Pack 4 boiões	15	Leite magro 1L	12
NAN-NAH 2	1	Leite S/Lactose 1L	36
Bolachas variadas	120	Congelados	72
		Bacalhau	48
Total de artigos doados:		2253	
Banco Alimentar:		907Kg	



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Jorge Ferreira Braga

Aborto, Constituição, Ética e Consciência Moral

Acabo de ler a notícia de que a Organização Mundial da Saúde informou que se fazem por ano no mundo cerca de 78 milhões de abortos, o que significa mais de 200.000 por dia, mais de 8000 por hora. São números aterradores e com expressão muito mais forte do que os números com que os poderes públicos e os órgãos de comunicação social pretendem legitimamente sensibilizar-nos, seja com as vítimas da pandemia da covid-19, seja, mais recentemente, com o número de vítimas da guerra da Ucrânia.

Impressiona-me que o mundo se preocupe tão pouco com o assassinato em massa de vidas humanas indefesas, em gestação no seio materno.

Impressiona-me que em países como o nosso, que se dizem "civilizados", não haja programas intensivos de prevenção, através da formação de uma consciência viva do direito primordial – o direito à vida - de apoio às situações de dificuldade, em particular de adolescentes e jovens, e de uma acção atenta aos problemas sociais que levam ao drama em causa.

Impressiona-me ainda mais que o direito à vida, exigido pela nossa Constituição, seja, em relação à prática abortiva, esquecido e até posto em causa por quem tem a obrigação de o defender.

Impressiona-me também o silêncio sobre a matéria de instituições como a Ordem dos Médicos e outras ligadas à saúde em face dos números arrepiantes com que inicio estas notas.

Espero que a consciência moral de cristãos e não cristãos leve ao reforço de obras e movimentos que se dedicam, já hoje, de forma silenciosa, ao apoio daquelas a quem o abortamento da vida humana nascente surge como solução para os seus problemas morais ou materiais. Também espero que aqueles que militam em partidos políticos imponham, aos seus dirigentes, a inclusão nos seus programas, como prioridade máxima, o direito de nascer.

Creio bem que no juízo final haverá mais misericórdia para com as mães arrependidas do seu acto (e creio que serão a maioria) do que com todos nós que, conhecendo a situação, nada fazemos para lhes proporcionar o apoio de que necessitavam.



Ensinamentos da Igreja

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

CARTA APOSTÓLICA PATRIS CORDE DO PAPA FRANCISCO

6. Pai trabalhador

Um aspeto que caracteriza São José – e tem sido evidenciado desde os dias da primeira encíclica social, a Rerum novarum de Leão XIII – é a sua relação com o trabalho. São José era um carpinteiro que trabalhou honestamente para garantir o sustento da sua família. Com ele, Jesus aprendeu o valor, a dignidade e a alegria do que significa comer

o pão fruto do próprio trabalho.

Neste nosso tempo em que o trabalho parece ter voltado a constituir uma urgente questão social e o desemprego atinge por vezes níveis impressionantes, mesmo em países onde se experimentou durante várias décadas um certo bem-estar, é necessário tomar renovada consciência do significado do trabalho que dignifica e do qual o nosso Santo é patrono e exemplo.

O trabalho torna-se participação na própria obra da salvação, oportunidade para apressar a vinda do Reino, desenvolver as próprias potencialidades e qualidades,

colocando-as ao serviço da sociedade e da comunhão; o trabalho torna-se uma oportunidade de realização não só para o próprio trabalhador, mas sobretudo para aquele núcleo originário da sociedade que é a família. Uma família onde falte o trabalho está mais exposta a dificuldades, tensões, fraturas e até mesmo à desesperada e desesperadora tentação da dissolução. Como poderemos falar da dignidade humana sem nos empenharmos por que todos, e cada um, tenham a possibilidade dum digno sustento?

A pessoa que trabalha, seja qual for a sua tarefa, colabora com o próprio Deus, torna-se

em certa medida criadora do mundo que a rodeia. A crise do nosso tempo, que é económica, social, cultural e espiritual, pode constituir para todos um apelo a redescobrir o valor, a importância e a necessidade do trabalho para dar origem a uma nova «normalidade», em que ninguém seja excluído. O trabalho de São José lembra-nos que o próprio Deus feito homem não desdenhou o trabalho. A perda de trabalho que afeta tantos irmãos e irmãs e tem aumentado nos últimos meses devido à pandemia de Covid-19, deve ser um apelo a revermos as nossas prioridades. Peçamos a São José Operário que en-



contremos vias onde nos possamos comprometer até se dizer: nenhum jovem, nenhuma pessoa, nenhuma família sem trabalho!

Encontro de Quaresma

No passado dia 3 de março realizou-se o “**Encontro de Quaresma**” orientado pelo Padre Peter Stilwell.

Iniciou-se com a oração das Laudes.

O encontro teve 3 sessões:

A 1ª começou com uma exposição sobre as origens e objetivos da preparação para a Páscoa.

- O tema proposto para a meditação foi: Memória e Testemunho

Este tema teve por base a mensagem do Papa Francisco na Audiência Geral do dia 23 de março de 2022 “**Catequese sobre a Velhice – A despedida e a herança: memória e testemunho**”.

O Papa começa a sua mensagem com o Cântico de Moisés (Dt 32, 3-4) que é referido como: “Uma bonita profissão de fé”, mas, o Papa refere que este cântico é “a memória da história vivida com Deus, onde

Moisés recorda as amarguras e desilusões do próprio Deus”. O cerne deste cântico é: “a Fidelidade de Deus que nos acompanha ao longo de toda a vida” Moisés vê a história e transmite-a”.

O Papa Francisco interroga: “se a transmissão da fé e do sentido da vida segue hoje este caminho de escuta dos idosos?”

Vale a pena ler e meditar sobre esta e outras mensagens

do Papa Francisco.

Poderão ser lidas em: www.vatican.va/content/vatican/pt.html

A 2ª sessão teve como tema “A Justiça de Deus” Lc 18,9-14

A 3ª sessão teve como tema “A Justiça Reparadora”: Jo 8,1-11. O encontro terminou com a Celebração



da Eucaristia.

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).

Bíblia – Do grego biblos, livro. No plural: biblia = livros. Cidade grega assim chamada pelo comércio dos rolos = livros. Bíblia: é o livro por excelência onde os crentes reconhecem a intervenção de Deus na formação dos livros que nos revelam quem é Deus e o que faz por nós. Está composta por duas grandes partes: o Antigo testamento (AT), 45 livros, escritos em hebraico e aramaico antes da vinda de Jesus de Nazaré, e o Novo testamento (NT), 27 livros que recolhem

os factos e ditos da pregação de Jesus (os quatro evangelhos) e as cartas dos apóstolos às primeiras comunidades. **Boanerges** – «Filhos do trovão», apelido que o Evangelho dá a Tiago e João pelo seu carácter impulsivo (Lc. 9, 51-56).

Cafarnaum – Cidade mencionada com frequência nos evangelhos, situada junto do lago de Genesaré, centro da atividade da vida pública de Jesus. Amaldiçoada por Jesus de igual modo que Betsaida (Mt. 11, 23) por não ter recebido

do a sua mensagem.

Caifás – Sumo sacerdote judeu que condenou Jesus (Jo. 18, 12-14).

Caim – Primogénito de Adão e Eva. Matou o seu irmão Abel por inveja. Ver: Gn. 4.

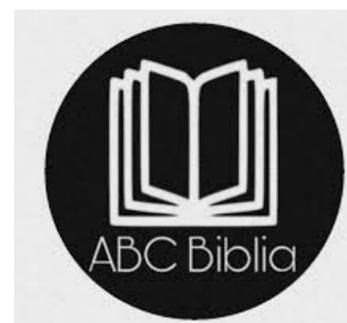
Cálice – Era costume nos banquetes fazer circular uma taça ou cálice, símbolo de comunhão. A taça ou cálice de salvação é o sinal da aliança que o Pai dá a beber a Seu Filho e da qual nós participamos. Ver: Jo. 18, 11; Mc. 10, 39; Mt. 26,

27. 30-39.

Calvário – «Lugar da caveira» ou montículo em forma de caveira. Também Gólgota ou lugar onde Cristo foi crucificado. Ver: Jo. 19, 17; Mc. 23, 23 e paralelos.

Caná – «Juncos». Nome de várias cidades no tempo de Jesus. Em Caná da Galileia residia Natanael (Jo. 21, 2), foi ali que se deu o milagre das bodas de Caná (Jo. 12, 1-11).

Canaã – «Inclinado, baixo». País da púrpura. Terra prometida por Deus a Israel,



lugar de estabilidade, de riqueza. É lá que Moisés envia exploradores (Num. 13) que regressam dizendo que era terra incontestável. O povo entra em Canaã guiado por Deus e reconhece esta terra como dom de Deus.

VIA SACRA DA NOSSA UNIDADE PASTORAL

No passado dia 8 de Abril, sexta-feira, pelas 21h e 15 min. realizou-se a celebração da via sacra da nossa unidade pastoral. Estavam presentes os nossos Padres: Pe. Armindo, Pe. Jorge, Pe. Joaquim e o diácono Carlos Marques e uma presença considerável de fiéis das paróquias da nossa unidade pastoral (acólitos, leitores, coros, escuteiros, etc.) e tantos outros fiéis que vieram para viverem esta experiência espiritual de acompanhar Jesus na via dolorosa, vivendo cada estação da via sacra desde a condenação de Jesus até à sua crucificação e morte na cruz e a sepultura.



O ponto de concentração para o início da via sacra foi na Correnteza e de lá partimos em direção para a igreja de S. Miguel onde foi o término da via sacra. As estações da via sacra foram todas dramatizadas pelos nossos jovens dando um sentido mais profundo a cada acontecimento vivido por nosso Senhor Jesus Cristo na sua caminhada com a cruz em direção ao monte Calvário.

Em cada estação da via sacra era meditado um texto bíblico do evangelho da paixão do Senhor e um texto que falava de vidas de pessoas que foram transformadas pela ação missionária e caritativa das instituições religiosas, mostrando assim que a nossa missão de cristãos aqui neste mundo é ajudar os que mais sofrem dando-lhes a dignidade de filhos de Deus, fazendo com que se sintam amados, acolhidos e integrados na sociedade.



Joaquim Inácio que presidiu à via sacra; exortou os fiéis a olharem a figura do Cireneu que ajudou Jesus a carregar a cruz - que sejamos também Cireneus na vida dos nossos irmãos ajudando-os a carregar e a suportar as cruzes, as dores e os sofrimentos do dia a dia. Seguiu-se a bênção final e o término da via sacra.



Vividas as 14 estações da via sacra e estando já na igreja de S. Miguel, houve uma pequena homilia proferida pelo Pe



A via sacra decorreu num clima de tranquilidade, espírito de oração e contemplação. Destacamos a presença da polícia municipal de Sintra que acompanhou a procissão e garantiu a integridade e segurança física de todos os participantes regularizando o trânsito nas vias por onde passámos e os escuteiros que ajudaram na organização da procissão da via sacra.

Esperamos que no próximo ano haja ainda mais participação dos fiéis para vivermos juntos este exercício de piedade, a via sacra. Desejamos a todos uma santa e feliz Páscoa.

Pe. Joaquim Inácio



CRISTO RESSUSCITOU. ALELUIA ! ALELUIA !

Páscoa (do hebraico Pessach) significa passagem. É uma grande festa cristã para nós, é a maior e a mais importante festa. Reunimo-nos como povo de Deus para celebrarmos a Ressurreição de Jesus Cristo, Sua vitória sobre a morte e Sua passagem transformadora em nossa vida.

O Tempo Pascal compreende cinquenta dias a partir do domingo da Ressurreição até o domingo de Pentecostes, vividos e celebrados com grande júbilo, como se fosse um só e único dia festivo, como um grande domingo. A Páscoa é o centro do Ano Litúrgico e de toda a vida da Igreja. Celebrá-la é celebrar a obra da redenção humana e da glorificação de Deus que Cristo realizou quando, morrendo, destruiu a morte; e ressuscitando, renovou a nossa vida.



Foi com a intenção de celebrar a Páscoa de Cristo que, desde os primórdios do Cristianismo, os cristãos foram organizando esta bela festa. Mas a partir de muitas propagandas mediáticas e de muitos outros costumes da nossa sociedade, vemos, sem dúvidas, que essa bela intenção foi-se perdendo. Para muitos a Páscoa virou sinónimo de um “feriadão” ao lado de muitos outros feriadões, com o único objetivo de quebrar a monotonia da vida; com intenções e modos que não expressam os reais valores e sentidos da grande festa que é a Páscoa.

As confraternizações, os alimentos específicos e muitos outros costumes são importantes e nos ajudam a celebrar a Páscoa, mas não podem nos desviar do seu principal e essencial sentido. Hoje, temos uma geração que entende pouco do verdadeiro sentido da Páscoa, mas devemos celebrá-la bem, nós que não nos fechamos às suas origens e sabemos que ela é mais do que um “feriadão”; é uma “grande semana” na qual vivenciamos os mistérios da vida de Cristo e os mistérios da nossa própria vida.

As confraternizações, os alimentos específicos e muitos outros costumes são importantes e nos ajudam a celebrar a Páscoa, mas não podem nos desviar do seu principal e essencial sentido. Hoje, temos uma geração que entende pouco do verdadeiro sentido da Páscoa, mas devemos celebrá-la bem, nós que não nos fechamos às suas origens e sabemos que ela é mais do que um “feriadão”; é uma “grande semana” na qual vivenciamos os mistérios da vida de Cristo e os mistérios da nossa própria vida.

Todos nós cristãos devemos, hoje, nos comprometer em nos mantermos fiéis às nossas origens e celebrarmos o sentido original, belo e profundo da nossa maravilhosa festa, que é a celebração da Ressurreição do Senhor. Que nossas boas obras e nossas vozes, em cada canto das nossas cidades, possam levar a alegria do Ressuscitado; sobretudo aos pobres, doentes, aos marginalizados e a todas as pessoas, pois são amadas pelo Pai.

Tivemos a alegria de celebrar connosco este ano o Tríduo Pascal sua Excelência Reverendíssima Dom Joaquim Mendes, Bispo auxiliar da Diocese de Lisboa, que na quinta-feira santa presidiu à missa da ceia do Senhor em São Pedro; na sexta-feira santa presidiu à celebração da paixão do Senhor em São Miguel e, no Sábado Santo, à missa da vigília pascal em São Miguel em que três catecúmenos adultos receberam os sacramentos da iniciação cristã.



Irradiemos ao nosso redor a esperança e a certeza da presença de Cristo Ressuscitado. Que se encha o nosso olhar de luz, como os das mulheres que viram o sepulcro vazio e o Filho de Deus ressuscitado (Mt 28). Que possamos também nós, numa só fé, exclamar como elas: O Senhor Ressuscitou, aleluia!

Pe Joaquim Inácio

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: *Guilhermino Guedes*

Guilhermino José Ramos Guedes, nasceu a 31 de março de 1944, embora no registo conste 21 de abril. Nasceu em Ferronha, Penedono, distrito de Viseu, onde viveu até aos 4 anos. Eram 6 irmãos, embora as 2 meninas nunca as tivesse conhecido porque morreram antes. A família mudou-se para a Adroana, no concelho de Cascais, perto de Alcabideche, vindo o pai trabalhar para uma fábrica de tijolo na Quinta da Penha Longa, e mais tarde na Companhia das Águas, trabalhando na ligação da água de Lisboa para Ranholas.

Guilhermino já por algumas vezes visitou a sua terra natal, mas não conheceu ninguém, apenas pelos apelidos conseguiu concluir quem eram ainda familiares. Começou a escola em Manique de Cima, mas aos 7 anos a família foi morar para Chão de Meninos, na Rua Álvaro dos Reis e mudou para a escola de S. Pedro, que era em casa dos professores, que eram um casal, ensinando um ao 1º e 2º ano e o outro ao 3º e 4º. Guilhermino não concluiu o ensino primário em criança porque faltava

quase sempre, para ir trabalhar, a pedido do pai. Só em adulto concluiu a instrução primária, já depois de concluída a tropa. Ainda criança ia trabalhar, a pé, de casa até à zona da feira das Mercês, onde tinha de estar às 7 horas da manhã para preparar a massa para a obra. Também trabalhou na apanha de lenha para um forno de cal que havia em Chão de Meninos. Quanto tinha uns 15 anos, a família mudou-se novamente, desta vez para a Ribeira de Sintra.

Guilhermino casou aos 22 anos, ainda na tropa, e a noiva, Fátima tinha mais 8 anos (embora ainda hoje não pareça!). Depois da tropa arranhou emprego na Adreta onde trabalhou 21 anos como motorista. Depois foi trabalhar para um gabinete de arquitetura, tratando de licenças e de todas as burocracias necessárias nas câmaras, até se reformar. Esse gabinete trabalhava muito para o BCP numa altura em que todos os dias abriam balcões Nova Rede.

Fátima é de Folhadela, em Vila Real de Trás-os-Montes, onde começou por trabalhar no campo.

Conheceram-se em Sintra, para onde a Fátima tinha vindo servir, por intermédio de uma amiga que trabalhava na Adreta e lhe indicou uma família em Ranholas que precisava de uma empregada. Mesmo já casada, continuou a trabalhar nessa casa. Mais tarde trabalhou para outra família, no Rio da Bica, onde ficou até à aposentação. Depois de casarem foram morar para a Rua do Campo, perto do antigo quartel dos Bombeiros de São Pedro e, por fim, na Rua Eng. José Salema Garção.

Guilhermino em criança foi batizado, mas não teve catequese, os pais não eram praticantes. A esposa sempre foi à Igreja e ele acompanhava-a na ida e na volta, mas não entrava. Costumava dizer que só ia à igreja encher a pança (nos casamentos e batismos). Mas sempre disse à esposa que quando se reformasse iria para a Igreja, como de facto aconteceu. Só recebeu a 1ª Comunhão e o Crisma depois de reformado e após uma preparação, que fez na Abrunheira, tinha 65 anos. Começou então a cantar no coro em São Pedro,

com a esposa, onde eram ensaiados pelo Rui Antunes. Foi na altura do Pe. Carlos Jorge que recebeu a 1ª Comunhão e depois participava na Partilha da Palavra com o Pe. Abílio. Sobre as questões da fé ainda hoje tem dúvidas, em especial como amar os inimigos e como perdoar.

Guilhermino também começou a fazer parte da Comissão da Capela de Santa Eufémia, ajudando nas pinturas e outros restauros, no tempo do Pe. António Ramires, e depois com as obras que o Pe. Armindo fez e a ocupação do espaço pelos escuteiros, passou a ser o principal guardião do espaço, até à chegada do Sr. Joaquim Afonso, que deu um novo impulso aos arranjos exteriores. Guilhermino também esteve envolvido nas festas de Nossa Senhora do Cabo, onde trabalhou arduamente nos anos de 2014 e 2015, com muito gosto. Fez ainda parte da direção da associação Os Aliados durante muitos anos, como tesoureiro.

Guilhermino e Fátima têm 2 filhas e 3 netos. A Fátima conseguiu trazer o Guilhermino para a Igreja,



agora gostavam de conseguir trazer as filhas e os netos.

O Guilhermino sempre gostou de ajudar os outros, e na Paróquia tem deixado esse testemunho. Que muitos possam também experimentar essa alegria de partilhar o tempo e a vida com a Comunidade.

Ucrânia: Comunidade católica do Linhó recuperou habitação para acolher refugiados

Agência Eclésia

LFS/OC / foto: Ricardo Carmo

A comunidade católica do Linhó (Sintra) recuperou uma casa antiga que vai acolher, a partir de dia 22 de Abril, uma família ucraniana em fuga da guerra que assola aquele país.

“Havia uma série de casais que tinham vontade de acolher famílias ucranianas, mas por várias razões não tinham disponibilidade – uns porque não tinham espaço nas casas e outros porque não tinham disponibilidade para as acompanhar –, por isso resolveu-se reconstruir uma casa”, disse à Agência ECCLESIA Ricardo Carmo, um dos mentores da iniciativa.

A habitação recuperada, “a antiga casa do caseiro”, está localizada na Quinta das Irmãs Doroteias daquela comunidade, da Paróquia de São Pedro de Penaferriem da Unidade Pastoral de Sintra (Patriarcado de Lisboa).

Durante a última Quaresma, a comunidade “organizou-se na recolha de material” depois do desafio lançado na Missa dominical: guardar o montante correspondente a um café.

A mensagem passou entre as pessoas, até se conseguir formar uma equipa com 40 elementos.

Em pouco mais de um mês, realizaram-se as obras de recuperação necessárias, equipou-se a casa com móveis, eletrodomésticos, roupas, loiças, e um pequeno cabaz de compras.

Os jovens da catequese (SayYes), também participam nesta iniciativa, “ficando responsáveis pela recolha de fundos para as necessidades das crianças da família” e até ao momento já “adquiriram duas secretárias para as crianças poderem estudar e fazer os seus trabalhos da escola”.

“Vão também oferecer o material escolar, bem como, brinquedos para as crianças”, realçou Ricardo Carmo, destacando que a generosidade das pessoas “foi visível”.

“O primeiro passo está dado, mas vamos acompanhar a família e as suas necessidades”, concluiu.

A família, constituída por quatro elementos (mãe, duas crianças e uma avó), chegou no dia 22 de Abril, à tarde, à nova habitação.



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

O Castor

É conhecida a destreza ou arte dos castores como arquitetos construtores de casas. Mas apenas se destaca a sua capacidade de construir a família-lar.

Entre os animais, muitos pais repartem as tarefas de educar, alimentar e cuidar dos filhos.

Pudemos observá-los nos pássaros do parque, os gatos, etc. Os castores são mestres em ambas as coisas e na arte de ser pais.

"Entre os castores - diz-nos V. B. Dröscher no livro *Aprendamos com os Ani mais!* - o dever do pai começa já com o nascimento dos filhos, pois tem que auxiliar a fêmea no parto, como uma parteira, libertando-a de parte da placenta. Quando a mãe nada em busca de alimento, os machos atuam como cangurus, dão calor, limpam e alimentam



as crias e ajeitam-nas para as acolher "nos braços" como faria uma ama-seca carinhosa. Logo que os pequenos tenham crescido um pouco mais, o pai instrui os filhos durante vários meses sobre a queda das árvores e a construção dos seus diques e represas. Entre os castores só o macho está em condições de dar essas "aulas". Cada um, o pai e a mãe, oferecem ao seu filho o tesouro da sua experiência para lhe facilitar o êxito na vida.

Parelha unida... e hábil, leva adiante grandes obras, e entre as mais importantes, a partilha o amor, ajuda a educação dos filhos.

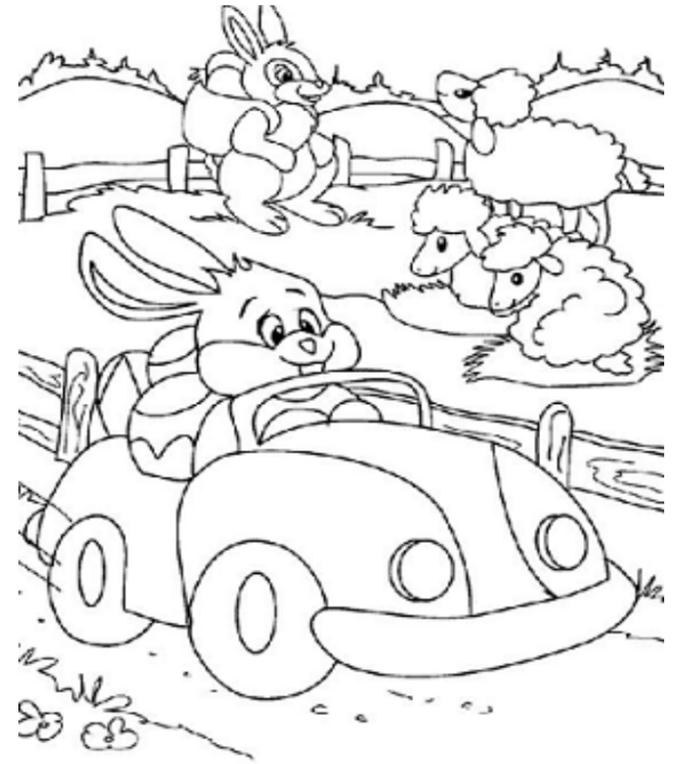
Educar para valores "Lições de animais" Alfonso Francia

Sopa de Letras - Animais domésticos

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

- Galinha
- Cavalo
- Pavão
- Coelho
- Ovelha
- Burro
- Periquito
- Cabra
- Porco
- Pato
- Cão
- Hámster
- Gato
- Vaca
- Ganso
- Canário

Imagem para colorir



Procura que encontras



Descobre as 7 diferenças



Sudoku - puzzle

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



AS JORNADAS MUNDIAIS DA JUVENTUDE 2023

As JMJ é um encontro entre jovens, o Papa e Jesus. Jovens e adultos que durante quatro dias abdicam do seu conforto para se aventurarem num país estrangeiro, sem saber o que o futuro lhes reserva nesta peregrinação. Nas jornadas alguns jovens comemoram a sua fé, outros procuram fortalecer a sua relação com Deus, outros procuram no desconhecido, outros ainda se encontram perdidos, alguns procuram socializar, mas, para quem estiver presente, estes quatro dias vão tocar no coração, vão tocar na alma.

As JMJ são um convite à construção de pontes, à construção de um mundo mais unido, mais justo, mais solidário, mais tolerante, um convite ao entendimento mas acima de tudo são momentos de evangelização que pretendem levar Jesus ao coração de todos os presentes.

Para nós portugueses as próximas Jornadas acarretam grandes responsabilidades, seremos anfitriões de milhares de jovens e adultos. Seremos pontes entre povos diferentes, seremos elos de ligação entre culturas e costumes desconhecidos, seremos porto de abrigo aos que estiverem perdidos. Vamos ter a responsabilidade de acolher com carinho, de dar de coração sem esperar em troca, de

estar presente, de olhar a necessidades, de colocar o nosso conforto ao dispôr, de agir como Jesus nos pede, com amor ao próximo. Pela frente temos uma grande missão: "Garantir que todos os jovens presentes possam regressar a casa com um coração mais rico, com vontade de serem melhores pessoas, com vontade de seguir Jesus o resta das suas vidas e com uma experiência incrível na alma!"

Ao longo da última semana de Abril esteve presente na UPS a Cruz diocesana da JMJ, uma cruz que tem vindo a passar de paróquia em paróquia. Uma cruz que chama pessoas a participar nas JMJ seja de que forma for, como participante, como voluntário, na solidariedade, no acolhimento, na logística, na organização, etc...

Na segunda-feira, dia 25 de Abril, na caminhada da cruz foi realizado um passeio cultural pelas igrejas históricas de Sintra. O passeio contou com trinta participantes, teve início na igreja de S. Pedro com uma leitura do evangelho e terminou na igreja de S. Martinho. Para guiar o passeio foi convidado o Padre Armindo cujo conhecimento permitiu que todos se sentissem mais cultos e curiosos pelas particulari-



dades de cada igreja. No fim sentiu-se o entusiasmo e a vontade de repetir.

Na oração de sexta-feira, dia 29 de Abril, a cruz peregrina seguiu rumo à paróquia de Colares.

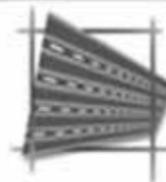
Intenção do Papa

Maio - 2022



Pela fé dos jovens

Rezemos para que os jovens, chamados a uma vida em plenitude, descubram em Maria o estilo da escuta, a profundidade do discernimento, a coragem da fé e a dedicação ao serviço.



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



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 - Maio 2022 - Ano C

	Dia 1	Dia 8	Dia 15	Dia 22	<h3>Páscoa</h3>  <p>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</p>
	3.º DOM. PÁSCOA	4.º DOM. PÁSCOA	5.º DOM. PÁSCOA	6.º DOM. PÁSCOA	
	Actos 5, 27b-32.40b-41	Actos 13, 14.43-52	Actos 14, 21b-27	Actos 15, 1-2.22-29	
Leitura I	«Somos testemunhas destes factos, nós e o Espírito Santo»	«Vamos voltar-nos para os pagãos»	«Contaram à Igreja tudo o que Deus tinha feito com eles»	«O Espírito Santo e nós decidimos não vos impor mais nenhuma obrigação, além destas que são necessárias»	
Salmo	29, 2.4-6.11-12a.13b	99, 2.4.5.6.11.12.13b	144, 8-13ab	66, 2-3.5.6.8	
	«Eu vos louvarei, Senhor, porque me salvastes.»	«Nós somos o povo do Senhor; Ele é o nosso alimento.»	"Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei."	"Louvado sejas, Senhor, pelos povos de toda a terra."	
Leitura II	Ap 5, 11-14	Ap 7, 9.14b-17	Ap 21, 1-5a	Ap 21, 10-14.22-23	
	«Digno é o Cordeiro que foi imolado de receber o poder e a riqueza»	«O Cordeiro será o seu pastor e os conduzirá às fontes da água viva»	«Deus enxugará todas as lágrimas dos seus olhos»	«Mostrou-me a cidade santa, que descia do Céu»	
Evangelho	Jo 21, 1-19	Jo 10, 27-30	Jo 13, 31-33a.34-35	Jo 14, 23-29	
	«Jesus aproximou-Se, tomou o pão e deu-lho, fazendo o mesmo com os peixes»	«Eu dou a vida eterna às minhas ovelhas»	«Dou-vos um mandamento novo: que vos ameis uns aos outros»	«O Espírito Santo vos recordará tudo o que Eu vos disse»	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Maio 2022

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 FERIAI*

	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 – Domingo III da Páscoa -Dia da Mãe
11.30h Missa em Santa Eufémia e arraial

Dia 2 – Segunda-feira – St. Atanásio

Dia 3 – Terça-feira - S. Filipe e S. Tiago
21.00h Reunião dir. do Agrup. Escuteiros

Dia 4 – Quarta-feira da semana III
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 5 – Quinta-feira da semana III
10.00h Reunião do Clero da Vigararia
16.00h Oração do Renovamento Carismático

Dia 6 – Sexta-feira da semana III
09.30h Expo. SSmo., em S. Miguel
21.15h Encontro: Grupo de Jovens da UPS
21.30h Reunião de Pais – Profissão de Fé, em S. Miguel

Dia 7 – Sábado da semana III
Festa do Pai Nosso
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

Dia 8 – Domingo IV da Páscoa
Festa do Pai Nosso
17.00h Concerto em S. Martinho: Coro "Serenissime"

Dia 11 – Quarta-feira da semana IV
21.30h Secretariado da Catequese

Dia 12 – Quinta-feira da semana IV
15.00h Celebração Palavra - Lar Asas TAP
16.00h Expo. SSmo., Renovamento Carismático
21.00h Reunião Secretariado Permanente

Dia 13 – Sexta-feira – N. Sra. de Fátima
21.00h Reunião de Pais – 1ª Comunhão, em S. Miguel
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 14 – Sábado – S. Matias
09.45h Confissões para Profissão de Fé, em S. Miguel

Dia 15 – Domingo V da Páscoa

Dia 18 – Quarta-feira da semana V
21.30h Reunião Eq. Vicarial Catequistas

Dia 19 – Quinta-feira da semana V
16.00h Oração do Renovamento Carismático
21.00h Concerto – Ciclo de Órgão, em S. Martinho

Dia 20 – Sexta-feira da semana V
21.00h Concerto – Ciclo de Órgão, em S. Martinho
21.15h Encontro Grupo de Jovens da UPS

Dia 21 – Sábado da semana V
10.00h Festa da 1ª Reconciliação, em S. Miguel
12.00h Missa em Sta. Eufémia (CZQ) seguido de almoço
16.00h Encontro Cristão, no Salão de S. Miguel
17.00h Workshop do Encontro Cristão Ecu-
mênico, no salão
20.45h Encontro Cristão Ecu-
mênico, C. C. Olga Cadaval
21.00h Concerto – Ciclo de Órgão, em S. Martinho
21.00h ENS - Serenata a N. Sra., em Monte Abraão

21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

Dia 22 – Domingo VI da Páscoa
21.00h Concerto – Ciclo de Órgão, em S. Martinho

Dia 23 – Segunda-feira da semana VI
Festa d'Os Avós, no Salão de S. Miguel

Dia 26 – Quinta-feira da semana VI – S. Filipe Néri
15.00h Missa no Lar Asas TAP

Dia 27 – Sexta-feira da semana VI
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 28 – Sábado da semana VI
Festa da 1ª Comunhão

Dia 29 – Domingo VII da Páscoa – Ascensão do Senhor
Festa da 1ª Comunhão

Dia 31 – Terça-feira da semana VII
08.00h PEREGRINAÇÃO A FÁTIMA

NO MÊS DE JUNHO:

05/06 – Dia da UPS – Missa única às 11.30h e almoço

05/06 – 24º aniv. do G. A. Social Gota a Gota

05/06 – Profissão de Fé do 6º ano de catequese

06/06 – Missa Nª Srª Saúde na Penha Longa

12/06 – Festa de Santo António na Abrunheira

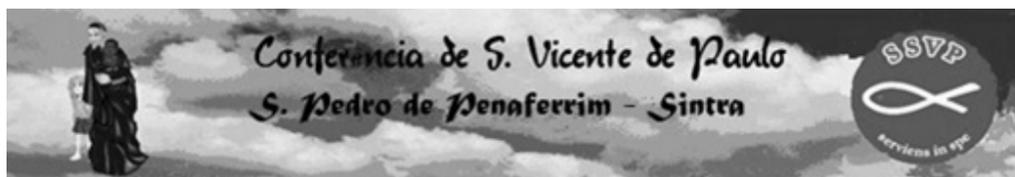
12/06 – Solenid. Corpo de Deus

29/06 – Festa da Paróquia de S. Pedro

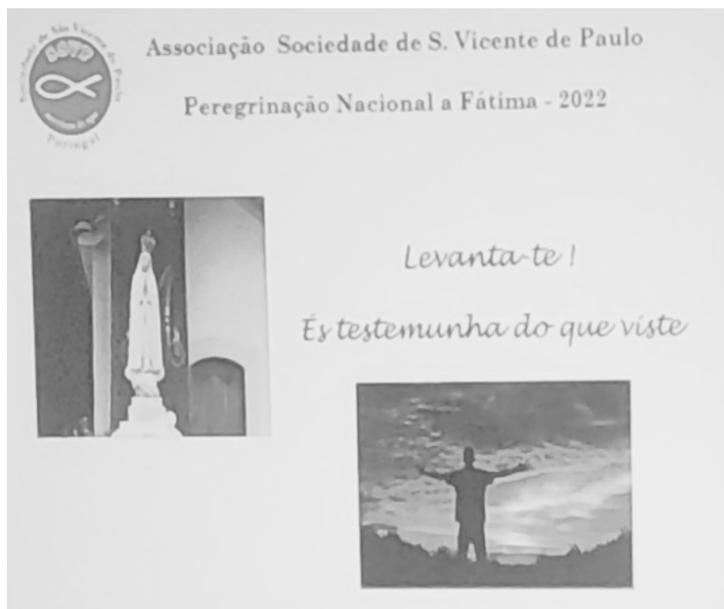


Notícias dos Vicentinos
Mariazinha, vicentina

Peregrinação Nacional Vicentina a Fátima



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



fortalece a nossa confiança.

Com este espírito, um grupo de cerca de três mil vicentinos, representados por todos os conselhos centrais, exceto a representação do Funchal, S. Miguel e Évora, dirigiu-se em peregrinação ao Santuário de Fátima, a fim de agradecer e lembrar o nosso compromisso como vicentinos “ajudar, consolar, apoiar e aliviar o sofrimento

No passado dia dois de abril, realizou-se a peregrinação Nacional da Sociedade de São Vicente de Paulo, a Fátima, após dois anos de ausência devido a tempos difíceis que atravessamos, e que a pandemia ainda não terminou, mas sabemos que Maria, nossa Mãe, nunca nos abandona.

Maria acompanha-nos em todas as nossas fragilidades, preocupações, sofrimentos, e nos momentos mais difíceis dá-nos força para os superar, anima a nossa esperança e



Palavras de abertura pela Presidente do Conselho Superior de Portugal, Alda Couceiro, que por sua vez fez a chamada dos respetivos Conselhos Centrais.

- Intervenção do Dr. António Clemente (CM/JMV).

O Dr. António Clemente alertou-nos como a declinação da fé é fortemente associada a verbos: sair, levantar, caminhar, percorrer, seguir, ver, peregrinar, avançar, arriscar...

O vicentino deverá seguir as ideias e vocação de Paulo baseadas em três ver-



• verbos: Levantar (ação, ressuscitar, virtude de zelo e proximidade), Ver (ver o mundo e o outro através da oração) e Testemunhar (Missão, dar o testemunho, ver e estar com Jesus, testemunhar com caridade).

dos que nos rodeiam em especial os mais desfavorecidos”: “Levanta-te! Eu te constituo testemunha do que viste!” (Act. Apóstolos 26,16).

O nosso dia como peregrinos começou com a celebração Eucarística, na Basílica da Santíssima Trindade. Após o almoço pelas 14:30, realizou-se a concentração na Cruz Alta, para de seguida se realizar o desfile até à Capelinha, onde fizemos a Saudação a Nossa Senhora e Renovação do Compromisso.

A seguir, dirigimo-nos para o Centro Apostólico Paulo VI onde se realizaram algumas atividades adequadas ao momento que estávamos a viver como peregrinos:

- Oração da regra da SSVP;
- Animação feita pelo Conselho Central de Leiria;
- Meditação orientada pelo Padre José Alves;



Por fim palavras conclusivas da Presidente do Conselho Superior de Portugal e intervenção de encerramento pelo Sr. D. Augusto César Alves Ferreira da Silva, Bispo Emérito de Portalegre e Castelo Branco.

Depois de um dia tão preenchido e imbuído do espírito vicentino, regressámos aos nossos lares mais ricos e fortes para cumprir a nobre missão de “Vicentino”.

Hemorragia Grave



Uma vítima que sangra continuamente corre risco de vida. É por isso vital controlar esta perda de sangue o mais depressa possível. Tendo em conta que uma hemorragia pode ser capilar, venosa ou arterial (sangue sai em jato), equacione a forma mais adequada que permita o controlo da hemorragia.

Como devemos atuar neste tipo de situações?

Aplique pressão: coloque uma compressa limpa e seca diretamente sobre o ferimento e pressione com firmeza. Se a compressa ficar empapada de sangue, não a retire e coloque outra por cima. Se necessário, retire ou corte as roupas para expor a lesão.

Eleve e apoie: se a hemorragia for num membro, deve elevá-lo para que fique num nível superior ao do coração da vítima, de modo a diminuir o afluxo de sangue à zona afetada.

Segure a compressa com uma ligadura: coloque uma ligadura em torno da compressa para a segurar no lugar e manter a pressão. Se o sangue ensopar a compressa, cubra-a com outra, utilizando uma nova ligadura para fixar.

Ligue 112 assim que possível.

Atenção:

- Procure utilizar luvas para garantir as melhores condições de segurança para si e para a vítima;
- Caso a vítima se sinta cada vez mais fraca, deite-a e eleve-lhe as pernas ligeiramente acima do nível do coração (+-30°);
- Se existir algum objeto estranho a perfurar a vítima, não o remova: imobilize-o.

XII ENCONTRO CRISTÃO

Com muita alegria convidamos para participar no XII Encontro Cristão, a realizar em Sintra, no Centro Cultural Olga Cadaval, no Sábado, dia 21 de Maio de 2022, pelas 20:45.

Unidos aos cristãos do hemisfério Sul (a pandemia levou a adiar o evento para esta data), convidamos todos "A CAMINHO" unindo-nos aos magos, que "Viram a sua estrela no Oriente e vieram prestar-lhe homenagem" (Mt 2, 2), fazendo deste encontro um tempo de louvor!

O encontro fraterno entre cristãos, é uma condição indicada por Jesus, para a edificação do reino de Deus - "Que todos sejam um, para que o mundo creia (Jo 17, 21). E é neste sentido que nos alegramos, particularmente com a prometida participação de cristãos ucranianos e russos, que partilharão connosco, como fraternidade é sempre uma escolha maior. Oraremos com eles!

Vamos participar?

NOTAS:

- Os ingressos para o evento terão que ser reservados em <http://encontrocris tao.pt>.
- Durante a tarde (17:30 - 19:00), irão decorrer várias atividades para aprofundamento do dinamismo proposto, nomeadamente, vários fóruns, para jovens e adultos.

A caminho

*Vimos a Sua estrela no Oriente
e viemos prestar-lhe homenagem* MATEUS 2:2

21 05 2022
XII Encontro Cristão
20H45 - OLGA CADAVAL - SINTRA

Apresentar bilhete à entrada!

Reserva já o teu!

ENCONTRO CRISTÃO

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 Filipe de Néri “O Santo da Alegria”

Filipe Néri, filho de uma família nobre, nasceu em Florença, em Itália, a 21 de Julho de 1515. Muito cedo ficou órfão de mãe, e o pai, grande amigo dos frades dominicanos do Mosteiro de São Marcos enviou-lhes o filho para receber ensinamentos religiosos.

Depois de estudar humanidades, aos dezoito anos de idade, Filipe foi enviado para San Germano com o propósito de ajudar um familiar no trabalho. Mas o trabalho durou pouco tempo! Filipe sentia-se pouco realizado e em 1533 tomou a decisão de ir morar para Roma, onde viveu como leigo durante dezasseis anos. Trabalhou a ajudar doentes, pobres, prostitutas; conversava com todo o tipo de pessoas. A sua fé em Deus era grande e

toda a sua vida estava dedicada ao seu amor a Jesus, mas a vida sacerdotal nunca lhe passara pela cabeça. Em 1544 Filipe começou a sentir uma ainda maior proximidade a Deus através de orações prolongadas, e nessa ocasião sentiu-se chamado a uma vocação consagrada. A 23 de Maio de 1551 foi ordenado sacerdote.

Filipe deu continuidade ao trabalho que já tinha iniciado, dedicou-se a conversar e a ouvir, converteu milhares de pessoas, criou o “Oratório”, um espaço de orações, de debates religiosos, de palestras e sermões, de esclarecimento de dúvidas, etc.. Filipe organizou várias peregrinações e conduziu várias excursões pelas várias igrejas da cidade. A sua fama era tal que



foi considerado na época “O apóstolo de Roma”.

Filipe tinha uma personalidade muito alegre e brincalhona e consigo carregava sempre muito humor e um grande sorriso: “Longe de mim o pecado e a tristeza!”.

A 25 de Maio de 1595, aos oitenta anos de idade, Filipe Néri faleceu devido a uma hemorragia. Em 1622 foi canonizado pelo Papa Gregório e considerado “O Santo da Alegria”.



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 de um conjunto de rostos de anjinhos que estão na base da imagem de Santa Maria, na igreja de Santa Maria.



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