



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta



Julho 2022

Edição nº 199 - Ano XX
Diretor: P. Armino Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



DIA DE SÃO PEDRO E ANIVERSÁRIO SACERDOTAL

PÁGINAS CENTRAIS

Primeiras Comunhões

Página 3



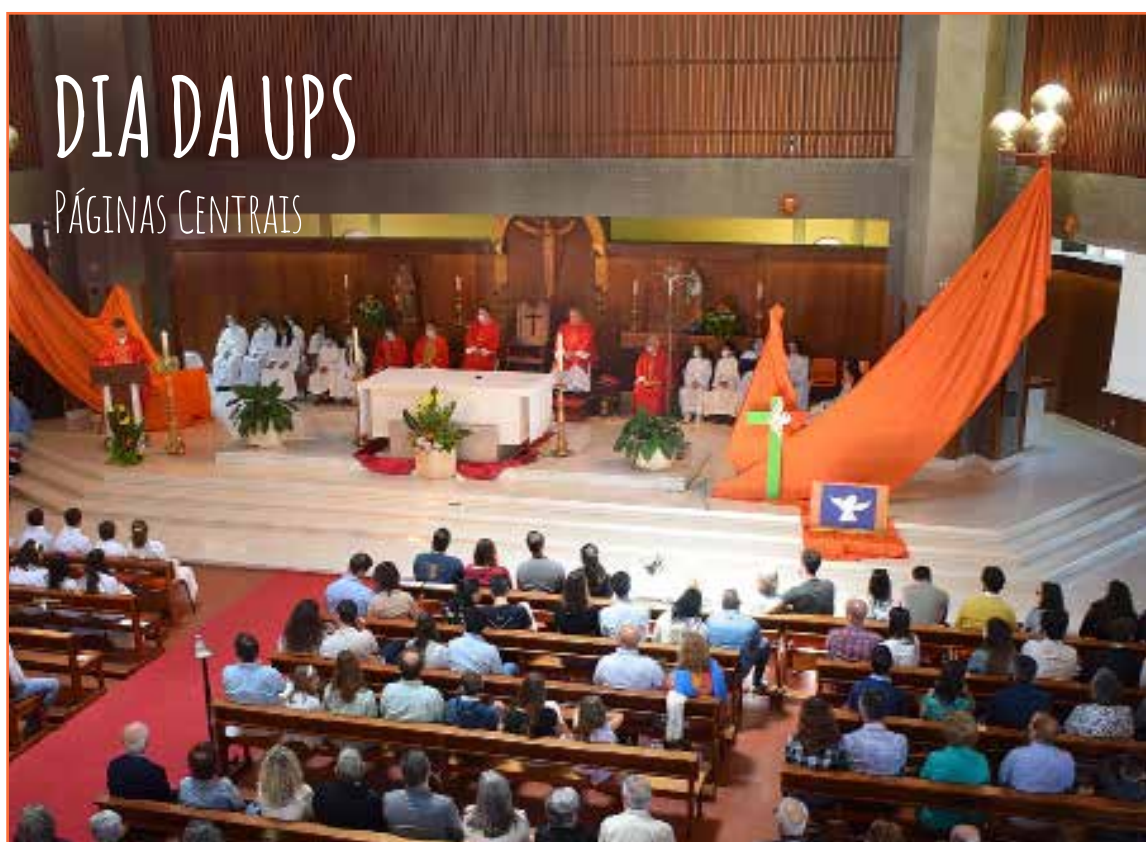
Igreja da Várzea

Página 4



Festa de Santo António Abrunheira

Página 10



DIA DA UPS

PÁGINAS CENTRAIS

Escuteiros

Página 5



Histórias de Vida: Jacinta Queimado

Página 10





Editorial

José Pedro Salema

Acreditar!



Não são raras as vezes em que me sinto perdido. E é nesta altura do ano, quando os dias se prolongam noite dentro, que encontro as melhores razões para fazer uma paragem na agitação da minha vida, e sentir a brisa do vento que me assola, por dentro e por fora.

E deixar-me levar...

E deixar Deus vir...

E deixar Deus entrar.

Então acredito que ser cristão é viver assim mesmo, como Cristo, no reino de Cristo, sentindo o Seu Amor.

Acreditar que Deus existe nas coisas, na natureza, nos outros.

Acreditar que não sou eu que conduzo, nem desenho, nem pinto, o maravilhoso Quadro da Vida que tenho à minha frente.

Acreditar que sou peregrino nesta Estrada, que me conduz à Vida Eterna, levando no peito a ferida que o Oceano há-de lavar. Da minha própria cruz, do meu pecado, do meu egoísmo, da dor, do medo, do sofrimento.

Acreditar que na minha vida concreta do dia a dia, cada obstáculo que enfrento e ultrapasso, é um dos sinais de Deus para o acolhimento de Cristo na minha vida.

Acreditar que só Deus basta. Que em cada gesto, atitude, comportamento, é Deus que me conduz! Que em cada passo, pala-

vra, pensamento, é Deus que me molda! Que na adversidade, tormenta, angústia, é Deus que me alumia!

Acreditar que Em cada manhã, por mais cinzenta que seja, por mais difícil que pareça, Deus está na nossa vida, sempre com a mão estendida, para manter sempre viva a chama que transportamos. Para que nos empenhemos e nos dediquemos aos outros com amor e ardor, anunciando a Boa Nova, a presença de Cristo em cada um, no nosso quotidiano. Afinal, é nossa missão transmitir ao mundo, que já hoje, aqui na terra, podemos construir um verdadeiro Céu. E vem-me à memória a frase de S. Pedro:

"Para onde iremos, Senhor, se só Tu tens palavras de vida eterna?"

É esta a mensagem que tenho por obrigação transmitir aos outros. Recordo um trecho de Santo Agostinho de Hipona e seus sempre preciosos sermões:

"Qualquer angústia ou tribulação que sofremos é para nós aviso e também correção. As Sagradas Escrituras não nos prometem paz, segurança e repouso; o Evangelho não esconde as adversidades, os apertos, os escândalos; mas 'quem perseverar até o fim, esse será salvo (Mt 10, 22)'".



Os Nossos Padres

Pe. Armindo Reis

VIDAS IMPORTANTES E VIDAS SEM VALOR – porquê?!

Nos últimos dias a comunicação social deu notícia da alteração legislativa nos Estados Unidos da América sobre o aborto, ficando a legislação sobre o mesmo a cargo de cada estado, e isso foi apresentado pela generalidade dos noticiários e por muitos políticos portugueses como algo de terrível e um retrocesso para o país ou mesmo para a Humanidade, porque alguns desses estados não vão facilitar às mulheres abortarem os seus filhos. Ao mesmo tempo a notícia de uma criança de três anos assassinada em Setúbal e de um feto de 7 meses deitado no lixo, no concelho de Sintra, são noticiados como crimes horrendos e explorados à exaustão, sem qualquer compaixão para com as progenitoras.

Há aqui uma bipolaridade muito irracional porque afinal quer no aborto quer nos outros casos referidos o que está em causa é sempre o mesmo, a morte de uma criança. Ah, mas é muito diferente "tirar" o feto numa clínica ou uma mulher dar à luz e colocar o bebé no lixo – dirão algumas pessoas. Pergunto eu: para onde vão os fetos mortos pelo aborto? Certamente que vão num saco para o lixo e depois



para a incineradora.

Aos olhos da comunicação social o que torna as coisas diferentes é ser legal ou não, a moralidade do aborto não é posta em causa. O aborto não é apresentado como imoral, mas como um direito da mãe! E legislar contra o aborto é que é apresentado como imoral!

As ideias de que o feto só é um bebé se nascer, e de que matá-lo antes do nascimento não tem mal, são algo de muito irracional. Os direitos da mãe são importantes, mas não podem ser mais importantes do que a vida dos filhos. A sociedade deveria primar pela defesa da vida humana, sem descurar a defesa dos direitos dos progenitores naquilo em que não colidam com os direitos da criança. Só em caso de a vida da mãe estar em perigo será eticamente aceitável decidir entre uma vida ou outra.

Não havendo muito mais ao nosso alcance, rezemos por esta sociedade que está baralhada, doente e a aniquilar-se a si própria!



A melhor parte

Diác. Joaquim Craveiro

CRISTO REPARTIDO

Quando olhamos para a vida de Jesus Cristo e do percurso que realizou nesta vida com os homens do Seu tempo, verificamos que se repartiu pela sociedade dos homens de então. Nasce em Belém, "quando ali se encontravam, completaram-se os dias de ela, Maria, dar à luz e teve o seu filho primogénito" (Lc.2,6,7). Vai residir em Nazaré, "depois de terem cumprido tudo o que a Lei do Senhor determinava, regressaram à Galileia, à sua cidade de Nazaré" (Lc.2,39;4,16; Mc6,1)). "Cheio do Espírito Santo, Je-

sus retirou-se do Jordão e foi levado pelo Espírito ao deserto, onde esteve durante quarenta dias" (Lc.4,1). Os discípulos perguntam-Lhe onde morava e responde: "vinde e vede: as raposas têm tocas e as aves do céu têm ninhos, mas o Filho do Homem não tem uma pedra onde reclinar a cabeça" (Lc.9,58). Vai partir mas voltará "não vos deixarei órfãos; Eu voltarei a vós" (Jo.14,3,18); "Crede em Mim, em casa de meu Pai há muitas moradas. Vou preparar um lugar para vós e voltarei para vos levar comigo" (Jo.14,1-3).

Jesus não é deste mundo, "a minha realeza não é deste mundo; se a minha realeza fosse deste mundo, os meus guardas teriam lutado para que Eu não fosse entregue aos judeus; mas o meu reino não é de cá...Eu sou rei, para isso nasci, para isto vim ao mundo" (Jo.18,36-37) A nossa Pátria está no Céu, "descei do Céu não para fazer a minha vontade, mas a vontade daquele que me enviou: que Eu não perca nenhum dos que me deu, mas o ressuscite no último dia" (Lc.6,38-39).

Os cristãos do século II,



segundo os ensinamentos de Jesus, entenderam bem esta diáspora cristã: "não se distinguem dos demais homens...cada qual habita a sua pátria, mas vivem como de passagem...participam

em tudo como os outros homens...toda a terra estrangeira é sua pátria e toda a pátria lhes é estrangeira...amam toda a gente...são a alma do mundo..." (carta a Diagoneto, séc. II)

Celebração da Primeira Comunhão

Catequese familiar - 3º ano

No passado dia 29 de maio e depois de três anos em que foram conhecendo cada vez melhor o amigo Jesus, um grupo de 6 crianças da catequese celebrou, na Igreja de São Miguel, a Primeira Comunhão.

Foi uma celebração preparada com muito amor e carinho pelos catequistas em conjunto com as famílias, mas sobretudo pelas crianças que trouxeram de casa uma flor para Jesus. Com a ajuda do padre Armindo, os pequeninos partilharam com a comunidade alguns registos das atividades que foram realizando para saberem cada vez mais sobre a vida de Jesus. As crianças tiveram igualmente a oportunidade de participar ativamente na liturgia eucarística, assegurando o ofertório solene, no qual levaram ao altar os mesmos elementos que Cristo tomou em suas mãos na Última

Ceia: o pão e o vinho, nos quais estão representados todos os dons de Deus que, no sacrifício, voltam a Ele.

Dando graças a Deus pela caminhada de cada uma destas crianças e respetivas famílias, partilhamos com toda a comunidade os testemunhos que as famílias e as próprias crianças nos deixaram sobre a vivência deste dia.

Caminhamos juntos,

Os catequistas

"Como família foi muito importante participar nesta caminhada da nossa filha, perceber que a educação dos nossos filhos para a fé passa também por nós pais como educadores e exemplo mais próximo. Viver e crescer na fé como família, educar e dar o exemplo.

Gratos às catequistas pelo

excelente trabalho que têm desenvolvido com os nossos filhos e aos pais que proporcionaram um momento muito bonito para todos nós. Muito obrigada.", f

família da Beatriz Ferreira

"Foi com muita alegria que pudemos acompanhar a preparação da nossa filha para a Primeira Comunhão. Foi um dia muito feliz e um passo importante na sua caminhada cristã.",

Catarina e Nuno Almeida

"Uma etapa fundamental e muito importante na formação moral do nosso filho. Vemos como a base da sua consciência no seu caminho com Cristo e seus valores.",

família do Afonso Barreira

"Eu quando recebi Jesus pela primeira vez senti que Ele me deu um grande abraço. Senti-me também muito

feliz e acolhida",

Clara Félix

"A Primeira Comunhão da nossa filha Madalena foi um marco importante, tanto para ela como para nós, como pais. É mais um passo na caminhada da vida cristã, mas mais do que uma Cerimónia, é a afirmação de querer ser, cada vez mais amiga de Jesus.

Ser cristão é, na nossa opinião, ser Comunidade. Ficamos felizes por ver as nossas filhas a crescerem dentro desta nossa comunidade de Sintra, seja na catequese, nos escuteiros ou no coro. Viver

estes pequenos passos na comunidade e em família é, para nós, uma grande alegria.

Gostaríamos de enviar um especial agradecimento a todos os catequistas da Madalena, que tiram da sua vida tempo para dedicar à nossa filha e para fazê-la crescer no amor a Jesus.",

Pedro e Carole Tomázio

"Gostei muito. Agora estou mais perto de Jesus a cada missa que vou.",

Teresa Milagre



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>

Festa da Nossa Senhora da Saúde na Penha Longa

Pe. Joaquim Inácio

No dia 6 de Junho celebrou-se a festa da Nossa Senhora da Saúde na Penha Longa, numa altura em que o mundo enfrenta ainda a pandemia da Covid-19, que desde o ano de 2020 tem assolado a humanidade, causando muitas mortes e criando uma crise sem precedentes nas economias de quase todos os países, uma pandemia que fez com as igrejas ficassem por algum tempo fechadas e que afetou a fé e o ritmo de vida de muitos fiéis de missa e comunhão diária que se

viram obrigados a assistir as missas pela televisão ou pela Internet.

Celebrar a festa da Nossa Senhora da Saúde num contexto de pandemia é reafirmar a nossa confiança na Nossa Mãe Maria Santíssima que nunca nos abandona e pedir a sua intercessão junto de seu Filho Jesus Cristo, para que realize o milagre, tal como nas bodas de Canaã em que a água foi transformada em vinho dando alegria a festa, que Jesus transforme esta realidade dramática que a hu-

manidade atravessa e possamos voltar a nos abraçarmos e a convivermos sem medo do vírus.

O dia da Nossa Senhora da Saúde foi marcado com a celebração da Santa missa na Penha Longa presidida pelo Pároco Pe. Armindo Reis às 12 horas e mais tarde às 20 horas houve um concerto musical com o coro do tribunal da relação de Lisboa que com vozes melódicas entoaram cânticos a Nossa Senhora e às 21 horas houve uma procissão com a imagem de Nos-

sa Senhora da Saúde e a reza do santo terço.

Assim foi o dia da Nossa Senhora da Saúde com uma boa participação dos fiéis que recorreram neste dia a igreja

da Penha Longa para pedirem a intercessão de Nossa Senhora pela humanidade, que atravessa um vale de lágrimas marcado pela pandemia e pela guerra na Ucrânia e noutras

partes do mundo. Nossa Senhora Rainha da Paz e Saúde dos Enfermos.

Rogai por nós.



Fotos de "Santa Eufémia da Serra"



PR

Venda e aluguer de:

Fotocopiadoras e impressoras

Consumíveis:

Toners e tinteiros

Serviços de:

Assistência técnica

Impressão e estampagem

Sinalética

tlm - 919 376 797 | 912 234 822
email - costarodrigues.pm@gmail.com

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).

Cedro – Árvore que é mencionada em diversos lugares da Bíblia. Indica beleza e consistência. O artesanato do templo mandado construir por Salomão era de cedro (1 Rs 6). Os cedros do Líbano são belos (Sl 104, 16). Abater ou caírem os cedros do Líbano indica a possibilidade de desobediência a Deus daqueles que nos pareciam seguros (Zac 11).

Cédron – «Turvo, torrente». Vale que separa Jerusalém do monte das Oliveiras. Quando recolhe as águas das chuvas converte-se na torrente de Cédron.

Cefas – «Rocha», em aramaico. Nome que Jesus dá a Simão (Jo 1, 14), garantindo-lhe que sobre ele irá edificar a sua Igreja.

Cenáculo – Lugar onde se

celebrou a última ceia de Jesus com os seus discípulos. Ver: Mt 26, 17s e paralelos.

Cesareia de Filipe – Cidade situada a norte da Palestina, junto do monte Hermón, construída por Herodes Filipe. Foi ali que se deu o episódio do primado de Pedro (Mt 16, 13-20; Mc 8, 27-30).

Chipre – Ilha no Mediterrâneo. É mencionada muitas vezes nos Actos. Barnabé era cipriota. Ver: Act 4, 36; 11, 19-20; 13, 6-12.

Cilícia – Região da Ásia Menor. Da sua capital, Tarso, era oriundo Saulo: S. Paulo.

Circuncisão – Corte do prepúcio que cobre a ponta do pénis. Desde Abraão, é o rito religioso de integração e pertença ao povo judeu (Gn 17, 9-14).

Cirene – Cidade situada no

norte de África. Daí era oriundo Simão de Cirene, que foi obrigado a levar a cruz de Jesus (Mt 15, 21). Em Jerusalém havia uma colónia de gente de Cirene. É mencionada em Act 2, 10; 5, 9; 11, 20.

Ciro – Rei da Pérsia; deixa regressar os judeus para a sua terra (2Cor 36, 22; Esd 5, 13; Is 44, 28).

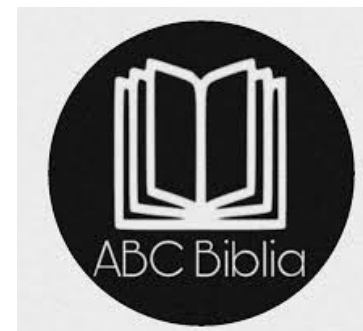
Cléofas – Nome de um dos discípulos de Emaús (Lc 24, 18).

Colossenses – Habitantes de Colossos, cidade da Ásia Menor no séc. I d.C., aos quais S. Paulo escreve uma carta.

Comida – As comidas na Bíblia são importantes. A mesa comum cria entre os comensais uma comunidade de vida. Através da co-

mida o homem realiza com Deus a comunidade de vida a que aspira. Cristo senta-se à mesa de amigos (Lc 10, 38-42) e de pecadores (Mt 9, 10; Lc 9, 2-10). A presença de Jesus dá sentido pleno às comidas. A comida inaugura a nova aliança: em vez do maná, Jesus dá a sua carne como alimento. A nova comida está precedida pelo lava-pés que recorda o aspecto sacrificial da Eucaristia: a humildade e a caridade são necessárias para participar dignamente na comida (Jo 13, 2-20).

Concílio de Jerusalém – Assembleia dos apóstolos em Jerusalém para analisar as posturas que havia com respeito aos pagãos e o que se devia exigir deles. Ver: Act 15.



Confiança – Atitude da pessoa para atingir os objetivos que se propõe. Desde os primórdios da humanidade Deus coloca o homem em situação de confiar nele ao proibir-lhe que comesse do fruto do bem e do mal (Gn 2, 17). Adão desconfia (Gn 3), Abraão confiou (Gn 22), estava seguro de que «Deus havia de providenciar». A confiança é condição de fidelidade. O amor em que se confia leva a confiança ao seu mais alto grau (Jo 15, 10).

Lisboa: 1600 adolescentes participaram em iniciativa que apontou à JMJ 2023

«Say Yes Day» realizou-se em 12 paróquias da cidade 1600 adolescentes da catequese participaram no sábado, 27 junho de 2022 na iniciativa ‘SAYES’, projeto que aponta à JMJ Lisboa 2023, replicando “um dia típico da jornada” que a capital portuguesa vai acolher em agosto do próximo ano.

“É, antes de tudo, um momento de encontro e festa. Procurámos replicar um dia da Jornada Mundial da Juventude, com um momento de catequese, a eucaristia, e um encontro de festa nesta tarde”, disse ao portal ‘Educris’ o padre

Tiago Neto, diretor do Sector da Catequese de Lisboa, que organizou a iniciativa.

O projeto decorreu em 12 paróquias da cidade, que acolheram os adolescentes para o aprofundamento “da dimen-

são vocacional da vida cristã”, a partir do tema ‘Com Maria ensaiamos Sim!’.

“Pretendemos dar protagonismo aos adolescentes, naquilo que é o seu caminho catequético e particularmente uma maturação maior do processo



catequético nas suas diversas componentes: relação com a Palavra de Deus, questionamento da vida, a oração e a missão”, destacou o padre Tiago Neto.

De tarde, os adolescentes

participaram numa festa, que decorreu no Pavilhão Carlos Lopes, onde assistiram à peça ‘Deus escreve direito por linhas tortas’, levada à cena pela Missão País.

Presente na sessão, D. Manuel Clemente, cardeal-patriarca de Lisboa, considerou que a JMJ 2023 deve “ser marcante” para a vida dos participantes.

“Não vos esqueçais que só aqui estamos, e estaremos na Jornada, porque uma jovem, com a idade que muitos de vós tendes hoje, disse ‘sim’! Esse sim marcou o mundo com a referência

Cristã. Imaginem o que acontece quando cada um de vós dizer ‘Sim’ a Deus! O Mundo está à vossa espera e Deus conta convosco!”, concluiu.

OC

Ecclesia/Foto: Educris



M A F E P
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

Acidente Isquémico Transitório

A interrupção do fluxo de sangue nas artérias do cérebro pode levar à morte das células cerebrais devido à falta de oxigénio que o sangue transporta. Essa interrupção pode ser, concretamente, um trombo (trombose) ou uma embolia, ou uma hemorragia. Estas perturbações da circulação cerebral, têm o nome de acidente vascular cerebral, (AVC) resultando em alterações neurológicas secundárias, mais ou menos graves, dependendo da gravidade da obstrução e da zona do cérebro afectada.

A doença vascular cerebral continua a ser a causa mais frequente de incapacidade neurológica nos países ocidentais, embora se verifique uma diminuição dos casos, dadas as campanhas de sensibilização na luta contra os factores de risco. As trombozes estão mais relacionadas com a diabetes, colesterol elevado, tabagismo, sedentarismo, entre

outros factores. A hemorragia cerebral, por outro lado, mais ligada à hipertensão arterial. Por exemplo, a obstrução de um vaso sanguíneo na área do cérebro que controla os movimentos musculares do braço e perna direita produz fraqueza ou paralisia desses membros. Se for a obstrução na área da sensibilidade, o doente perde essa sensibilidade nessa zona. Se atingir a zona da fala no cérebro, o doente não fala ou tem dificuldade na articulação das palavras.

Existe, no entanto, outro tipo de acidentes vasculares, o acidente isquémico transitório (AIT).

O AIT consiste numa perturbação funcional do cérebro causada por uma deficiência temporária de fornecimento de sangue às células cerebrais. Dado que se verifica nestes casos um restabelecimento rápido do fluxo sanguíneo, o tecido cerebral não morre, como acontece nos acidentes

vasculares, descritos acima.

Pequenos fragmentos de matéria gorda e de cálcio que se formam no interior das paredes dos vasos sanguíneos, chamadas placas de atheroma, podem introduzir-se num pequeno vaso sanguíneo cerebral, levando a uma obstrução, neste caso, parcial da circulação e provocar um AIT, assim como a acumulação de plaquetas, (células sanguíneas) ou coágulos. Algumas doenças podem favorecer o aparecimento de AIT, como a policitemia (aumento dos glóbulos vermelhos) e doenças valvulares cardíacas. OS AIT manifestam-se numa idade não avançada, mas à medida que se envelhece o risco de surgirem ou repetirem é mais provável.

Um AIT caracteriza-se por ter um início súbito e uma duração de poucos minutos, (entre 2 a 30m). Os sintomas variam, estando dependentes da área atingida do cérebro onde se

verifica o deficit circulatório vascular. De notar, que estes sintomas do AIT são transitórios e reversíveis, ao contrário dos sintomas relacionados com os acidentes vasculares cerebrais, (AVC) propriamente ditos. Os sintomas dos AIT são variáveis, como aponte, exemplificando: perda da sensibilidade num braço ou perna do mesmo lado, perda parcial da visão ou audição, visão dupla, alteração ou dificuldade na articulação das palavras, dificuldade no pensamento ou expressão da palavra adequada, incontinência urinária, desmaio momentâneo, entre outros. Estes tipos de acidentes são recidivantes, ou sejam, podem repetir-se. Esta repetição também é variável, ou seja, o doente pode sofrer várias pequenas crises diárias deste tipo, ou duas ou três crises ao longo de vários anos. Em 35% dos casos um AIT é seguido de um AVC.

Quanto ao diagnóstico a

avaliação neurológica clínica é fundamental, mas os médicos precisam de recorrer a vários exames como a TAC, a RM, angiografia cerebral e Eco doppler arterial, vertebral e carotídea, para um total esclarecimento da eventual obstrução existente.

O tratamento do AIT tem como objectivo fundamental prevenir o AVC. E, para isso, deverão corrigir-se os respectivos factores de risco, como a hipertensão arterial, diabetes, tabagismo, os valores elevados do colesterol, entre outros. Os anticoagulantes simples, como a aspirina, poderão estar indicados na prevenção do aparecimento dos coágulos. Merece especial atenção se se verifica algum grau de obstrução das artérias carótidas. Se este for significativo, poderá ser equacionada a intervenção cirúrgica, a endarterectomia, prevenindo um AVC, intervenção sujeita a algum risco. ■



Escuteiros - Atividades Junho

Agrupamento 1134

Vigília de Oração de Pentecostes

Os dons do Espírito Santo

No passado dia 4 de junho, véspera do Dia de Pentecostes, em que se celebra também o Dia da Unidade Pastoral de Sintra, o agrupamento organizou, para toda a comunidade paroquial, uma Vigília de Oração de Pentecostes, sob o tema “Os dons do Espírito Santo.

As vigílias acontecem sempre antes de uma celebração importante, para que todos possam preparar o seu coração para a importante celebração do dia seguinte.

Nesta Vigília de Oração de Pentecostes, em particular, fomos “motivados a acolher, com a mente e o coração abertos, os dons do Espírito Santo. Ele vem em socorro da nossa fraqueza e acende em nós o amor e a alegria de sermos o povo amado de Deus”, como referido na introdução daquela noite.

A Vigília contou com a participação de vários grupos da UPS, vindos de várias das suas comunidades cristãs, desde os mais novos da catequese até aos jovens da UPS. ■



N'O Castelo dos Mouros

Expedição 128 - S. Jorge

O Castelo dos Mouros, imponente construção no pico norte da Serra de Sintra, é símbolo de batalhas e romances medievais, estando fortemente ligado à reconquista. No dia de Pentecostes, seguindo o exemplo dos cavaleiros eternizados nos contos e lendas que remontam a esse distante passado, e seguindo “O Conquistador”, imaginário e figura que nos acompanha até ao final do ano, subimos o monte para ajudar à defesa dos cristãos que se aventuram nestas terras.

Dentro do castelo, foi uma tarde de aprendizagem, observação e muito entusiasmo. O sol, quente e forte, aquecia os nossos corações de cavaleiros, na aproximação da última grande batalha. Ao longe, o objectivo era já visível. O caminho até lá prova-se difícil mas nada nos demove. Com a cruz a nosso lado, não há tormenta demasiado forte nem fardo demasiado pesado. Afonso, Rey de Portugal é o exemplo a seguir, e com ele e a bênção de São Jorge, até dragões seríamos capazes de derrotar.

Na foto: a Expedição 128 - S. Jorge, no interior do castelo. ■





Artigos doados pelo GOTA a GOTA-Grupo de Ação Social no 1º semestre 2022

Fraldas Criança	Fraldas e Cuecas adulto	Toalhitas	Dentífricos	4 Un Papel Higiénico	Bolacha Maria	Leite Aptamil/Nan	Fruta (boiões)	Cerelac	Nestum Mel	Corn Flakes	Atum	Salsichas
294	91	257	268	143	483	88	60	145	483	287	632	638
Massa	Eaparguete	Arroz	Grão e Feijão	Azeite	Óleo	Leite c/Choc	Leite M.Gordo	Leite S/Lactose	Leite Magro	Açúcar	*Diversos	TOTAL
279	279	558	560	145	145	88	5154	222	84	268	1605	13 256

*Diversos - Café, Descafeinado, Óleo Johnson, Gel Banho, Tomate, Cogumelos lata, Chá, Chocolate Pó, Congelados, enchidos vários, Bolachas várias e Bacalhau

Artigos entregues na Conferência São Vicente de Paulo em S. Pedro no 1º semestre 2022

Fraldas Criança	Fraldas e Cuecas adulto	Toalhitas	Bolacha Maria	Cerelac	Fruta (boiões)	Leite Aptamil/Nan	Nestum Mel	Corn Flakes	Leite M.Gordo	TOTAL
124	18	144	246	318	18	17	144	144	2130	3303

-Distribuímos também todos o meses produtos frescos que recebemos do Banco Alimentar **5238Kg**



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Elizabete Carvalho

ESCUTAR, SIMPLEMENTE ESCUTAR!

O que se diz a uma mãe que acaba de perder um filho? O que se diz a alguém que enfrenta uma doença incurável? O que se diz a um idoso que vive sozinho? O que se diz a alguém que, por via de uma doença ou de um acidente, vê as suas capacidades limitadas? Não se diz, escuta-se. Nestes momentos não há palavras, há gestos, desde logo, a presença.

As pessoas em situação de dor, seja física ou psíquica (que tantas vezes se sobrepõem), precisam sobretudo de se fazer ouvir, de alguém que esteja disponível para as escutar. Só escutando o outro é que conseguimos entrar na sua história e perceber os seus desejos e necessidades.

A tendência é para fazer barulho (em jeito de alegria), falar de tudo e mais alguma coisa, procurar bens materiais que iludam os momentos difíceis... tudo na tentativa de ajudar, mas tantas vezes o contrário do que as pessoas tristes, doentes e sós precisam.

Vivi uma experiência inesquecível há 15 anos, nos Cuidados Paliativos do IPO de Coimbra. Tinha lá uma das pessoas mais queridas da minha vida. Durante sensivelmente dois meses, andei numa procura obstinada de tudo o que poderia melhorar na sua condição de vida. Para além da certeza dos melhores cuidados médicos (ajustes de alimentação sucessivos, hidratação, conforto, medicação para a dor), empenhei-me em ter novidades todos os dias, em levar todos os familiares e amigos, em manter sempre frescas as flores preferidas. Dois dias antes da morte, repeti a rotina de perguntar à enfermeira como foi a noite. A resposta foi diferente do habitual: "foi uma noite muito agitada, com uma necessidade imensa de falar, de contar coisas, apesar da dificuldade em se expressar". A minha reação imediata foi: "mas consegui perceber se precisa de alguma coisa?" A enfermeira sorriu e disse: "precisa de contar a sua vida, de se reencontrar, de se despedir". Que lição, meu Deus! O dia seguinte foi de silêncio, de abraços e despedida.

Outras experiências, noutros contextos, se somaram a esta e tornaram evidente a importância do silêncio e da escuta. A este propósito, tomo como ensinamento as palavras do poeta e agora cardeal José Tolentino de Mendonça:

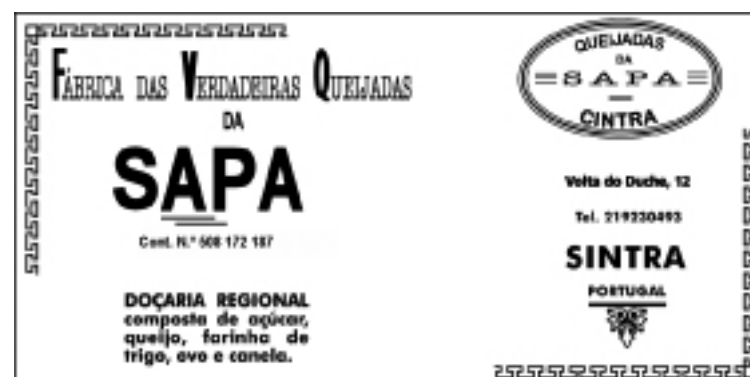
- "uma coisa que a cultura me ensinou é que a coisa mais importante que podemos fazer é escutar e é na escuta profunda uns dos outros que nos podemos verdadeiramente encontrar".

- "Somos analfabetos do silêncio e esse é um dos motivos porque não sabemos viver na paz. O silêncio é um traço de união mais frequente do que se imagina, e mais fecundo do que se julga. O silêncio tem tudo para se tornar um saber partilhado sobre o essencial, sobre o que nos une, sobre o que pode alicerçar, para cada um enquanto indivíduo e para todos enquanto comunidade, os modos possíveis de nos reinventarmos. Mas para isso precisamos de uma iniciação ao silêncio, que é o mesmo que dizer uma iniciação à arte de escutar".

Vamos a isso? ■

Artigos doados em junho 2022

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº1	6	Salsichas	110
Fraldas Nº3	7	Tomate	2
Fraldas Nº5 (Dodot)	2	Cogumelos	2
Fraldas Nº4	7	Massa	47
Fraldas Nº5	5	Esparguete	47
Fraldas Nº6	18	Arroz	96
Fraldas adultos S	1	Grão e Feijão	96
Fraldas adultos M	4	Azeite	46
Cuecas adulto M	2	Óleo	4
Fraldas adultos L	5	Leite c/choc. (200ml)	12
Cuecas adulto L	4	Leite UHT Meio Gordo 1L	846
Toalhitas	43	Açúcar	44
Oleo Johnson	1	Nescafé descafeinado	19
Shampoo + Gel	8	Chocolate em pó	1
Dentífrico	44	Chá	2
Papel Higiénico	22	Café	1
Bolacha Maria/Torrada	65	Lata Fruta	2
Aptamil/Nan-Nº 2	2	Leite magro 1L	12
Aptamil/Nan-Nº 3	2	Leite S/Lactose 1L	36
Aptamil/Nan-Nº 4	2	Congelados	146
Aptamil/Nan-Nº 5	4	Bolachas variadas	88
Fruta Pack 4 boiões	8	Flocos Cereais / Mel	82
Farinha Láctea (Cerelac)	23	Cereais/Corn Flakes	52
		Atum	110
Total de artigos doados:		2188	
Banco Alimentar:		984,6Kg	





COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

Ensinamentos da Igreja

P. Jorge Doutor

Concluimos a publicação da recente Carta Apostólica de 8 de dezembro de 2020, sobre São José.

CARTA APOSTÓLICA PATRIS CORDE DO PAPA FRANCISCO

«Levanta-te, toma o menino e sua mãe» (Mt 2, 13): diz o anjo da parte de Deus a São José.

O objetivo desta carta apostólica é aumentar o amor por este grande Santo, para nos sentirmos impelidos a implorar a sua intercessão e para imitarmos as suas virtudes e o seu desvelo.

Com efeito, a missão específica dos Santos não é ape-

nas a de conceder milagres e graças, mas de interceder por nós diante de Deus, como fizeram Abraão[26] e Moisés,[27] como faz Jesus, «único mediador» (1 Tm 2, 5), que junto de Deus Pai é o nosso «advogado» (1 Jo 2, 1), «vivo para sempre, a fim de interceder por [nós]» (Heb 7, 25; cf. Rm 8, 34).

Os Santos ajudam todos os fiéis «a tender à santidade e perfeição do próprio estado». [28] A sua vida é uma prova concreta de que é possível viver o Evangelho.

À semelhança de Jesus que disse: «Aprende de Mim, porque sou manso e humilde de coração» (Mt 11, 29), também

os Santos são exemplos de vida que havemos de imitar. A isto nos exorta explicitamente São Paulo: «Rogo-vos, pois, que sejais meus imitadores» (1 Cor 4, 16).[29] O mesmo nos diz São José através do seu silêncio eloquente.

Estimulado com o exemplo de tantos Santos e Santas diante dos olhos, Santo Agostinho interrogava-se: «Então não poderás fazer o que estes e estas fizeram?» E, assim, chegou à conversão definitiva exclamando: «Tarde Vos amei, ó Beleza tão antiga e tão nova, tarde Vos amei!»[30]

Só nos resta implorar, de São José, a graça das graças: a nossa conversão.

Dirijamos-lhe a nossa oração:

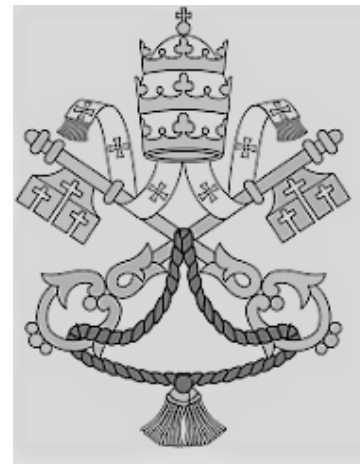
Salve, guardião do Redentor e esposo da Virgem Maria! A vós, Deus confiou o seu Filho;

em vós, Maria depositou a sua confiança; convosco, Cristo tornou-Se homem.

Ó Bem-aventurado José, mostrai-vos pai também para nós e guiai-nos no caminho da vida.

Alcançai-nos graça, misericórdia e coragem, e defendei-nos de todo o mal. Amen.

Roma, em São João de La-



trão, na Solenidade da Imaculada Conceição da Bem-Aventurada Virgem Maria, 8 de dezembro do ano de 2020, oitavo do meu pontificado.

Francisco

IGREJA DA VÁRZEA – notícias sobre a obra

A obra de construção da igreja da Várzea vai avançando e neste momento já tem as vigas de fundação e a primeira laje de betão. Esta obra tão desejada pela comunidade que se reúne na Várzea irá servir também as povoações de Ribeira de Sintra, Carrascal, Morelino, Nafarros e Cabriz. Será uma igreja com uma parte que serve também de salão, 3 salas de catequese e uma capela mortuária.

Ainda nos faltam cerca de 75.000€ para esta primeira fase que importa em 220.000,00€ +IVA.

Temos a agradecer vários donativos que nos chegaram já depois do lançamento da 1ª Pedra:

Oferta da Família C. – 1.000,00€

Comunidade da UPS – 5.000,00€

Oferta de MSCJC – 1.000,00€

Almoço 1ª Pedra – 1.639,00€

Oferta da UPS (Q. V.) – 1.000,00€

Almoço Janela (UPS) – 800,00€

Venda de Bolos no fim das celebrações – 200,00€

Oferta da LIAM – 824,00€

Donativos vários – 700,00€

À empresa Miguel e Gaspar foram pagos 81.180,00€ em Fevereiro, 11.438,23€ em Abril e 23.294,69€ em Junho.

No dia 17 de Julho a Equipa de Coordenação Pastoral da Várzea organiza mais um almoço que assinala os 5 anos em que estamos na capela provisória cedida pela Chesmas. O almoço será na Sociedade Recreativa da Várzea e reverterá para a construção da igreja. As inscrições fazem-se com qualquer elemento da Equipa de Coordenação.



Procissão de Santo António regressou à rua, com pedidos de saúde e de paz

Milhares de pessoas participaram esta segunda-feira na Procissão de Santo António, após dois anos marcados pela pandemia.

A celebração foi presidida por D. Américo Aguiar, bispo auxiliar de Lisboa, que dirigiu uma saudação aos participantes, falando de uma “verdadeira festa”. O responsável recordou que Santo António é um dos patronos da Jornada Mundial da Juventude (JMJ) 2023, que vai decorrer na capital portuguesa, sublinhando que este é “um desafio enorme”. “Que todos os sonhos se possam concretizar, mas que cada

um faça a sua parte”, referiu, após evocar quem morreu por causa da Covid-19 e aqueles que estiveram na linha da frente do combate à doença. Frei Jorge Marques, reitor da Igreja de Santo António, destacou à Ecclesia que esta manifestação popular retrata a profunda “devoção” de muitas pessoas pelo religioso português. “Santo António é de todo o mundo”, indicou. A procissão partiu da igreja de

Santo António e, durante duas horas, o cortejo, acompanhado por peregrinos e turistas, percorreu ruas decoradas pelos arraiais, incorporando progressivamente andores com as imagens dos santos das várias igrejas localizadas no percurso – São João da Praça, São Miguel, Santo Estevão, São Vicente e São Tiago -, até se concluir na Sé, com a bênção da cidade. Carlos Moedas, presidente da

Câmara Municipal de Lisboa, viveu este momento pela primeira vez e disse que se tratou de uma experiência “muito emocionante”. “A nossa cidade também é isto, a devoção, a capacidade que os lisboetas têm de se unir. Santo António é uma grande figura, que marca a história de Portugal, pelas suas características de humildade, de resiliência”, apontou. Laurinda Alves, vereadora do município, referiu por sua vez

que as procissões se “vivem por dentro”, sublinhando “o sentido de festa e de grande comunhão” que este momento proporciona. A responsável confessou sentir uma “grande gratidão” pelo regresso desta celebração às ruas da capital. “A devoção a Santo António é uma devoção feliz”, indicou.

Ecclesia

Fonte: Site Patriarcado

DIA DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

No passado dia 5 de Junho, Domingo de Pentecostes e passados cerca de dois anos, devido às restrições pandémicas, foi com grande alegria que se voltou a celebrar o dia da Unidade Pastoral de Sintra, na igreja de São Miguel que encheu como há tanto tempo não se via. As diversas comunidades fizeram-se representar de forma solene na Eucaristia com os habituais estandartes, assim como através da participação no grupo de acólitos e no grupo coral que de forma tão simples e bonita animou a celebração. Também a decoração ajudou a sentir este dia como especial, dia este de que todos já sentíamos saudades.

Na homilia, o P. Armindo lembrou-nos o sentido de nos reunirmos neste dia,



“Estamos reunidos para celebrar a alegria do Espírito Santo que nos foi dado e nos envolve. Somos tantos e de tantos lados, mas somos irmãos e amigos, porque recebemos o mesmo Espírito que faz de nós filhos de Deus. E o Espírito Santo, com os seus dons, suscita em nós diferentes carismas, que enriquecem o todo da comunidade, sempre em ordem à comunhão e à unidade.”



Salientou ainda que, “na reflexão que fizemos em preparação do Sínodo da Igreja Católica de 2023, um dos problemas identificados na nossa Unidade Pastoral de Sintra é que há pouco espírito comunitário, pouco conhecimento entre as pessoas. Muita gente procura estas paróquias para os sacramentos, mas depois não se sentem pertença da comunidade, não se comprometem com ela. O Sínodo convida-nos a caminhar mais juntos. As paróquias precisam de envolver mais gente neste caminhar juntos.”



Ficou também o alerta do grande desafio que se aproxima, “estamos a aproximar-nos da Jornada Mundial da Juventude que vai trazer multidões de jovens de todo o mundo a Portugal no próximo ano. Os jovens das nossas paróquias precisam de despertar para esse grande evento e preparar-se para acolher esses que do mundo inteiro nos virão visitar. Também as famílias vão ser convidadas a abrir as portas aos jovens. Temos de nos preparar bem para que essa onda de juventude que vai passar por cá, nos ajude a renovar a Igreja.”

Durante a Eucaristia, realizou-se a profissão de fé de diversos jovens, que neste dia disseram “que acreditam em Deus Pai, em Jesus seu Filho e no Espírito Santo que o Pai e o Filho nos dão” e houve ainda lugar a uma bênção aos casais que participaram no último CPM e que irão contrair matrimónio no decorrer deste ano. “A presença deles nesta Missa foi também um testemunho para os mais jovens, de que vale a pena pensar em casar, em constituir uma família com bases



sólidas, apoiada em Deus”.

Após a celebração houve lugar ao almoço e convívio organizado pelo grupo Janela. O ambiente foi de festa, alegria e boa disposição marcado pela presença de muitas crianças.

“É muito bom estarmos uns com os outros! Nós padres que nos reunimos convosco aos domingos nas 10 comunidades em que celebramos Eucaristia, sentimos um gozo especial em celebrar esta Missa com todos vós. Gostaríamos imenso de conhecer-vos bem a todos e que se conhecessem todos também, porque a comunidade cristã é isso mesmo, pessoas que se sentem unidas pelo Espírito Santo, que convivem, rezam e juntas fazem coisas boas.”

Foi muito bom estarmos, de novo, juntos!

Festa de São Pedro e aniversário de ordenação dos Padres de Sintra

O dia 29 de junho, feriado no concelho de Sintra, é a data anual da celebração dos dois importantes apóstolos e líderes da Igreja Cristã Primitiva, São Pedro e São Paulo. Nesta celebração relembramos com devoção as suas virtudes cristãs, tanto pela sua fé e evangelização, como pelo ardor e zelo missionário, que demonstraram ao longo da sua vida apostólica.

Neste dia é tradição na UPS, realizar-se Missa dedicada ao patrono da Igreja de São Pedro de Penaferrim, que como todos sabemos é São Pedro.

Também neste dia, se celebram os aniversários de ordenação, dos nossos Padres.

Nesta missa participaram, elementos do poder local, nomeadamente o Presidente da Junta de Freguesia, bem como os paroquianos de São Pedro, e dentro do possível as outras comunidades da UPS, que se juntaram à celebração.

Neste contexto celebrativo, como também já começa a ser tradição, a paróquia de São Pedro organiza um lanche ajantarado, para a comunidade da UPS assim, se festeja o Patrono São Pedro, bem como os aniversários de ordenação dos Padres de Sintra.

Obrigado aos Padres de Sintra por nos pastorear e servirem.



 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: Jacinta Queimado

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Maria Jacinta Peças Catita Queimado nasceu a 4 de agosto de 1933 em Igrejinha, freguesia e concelho de Arraiolos e distrito de Évora, onde viveu até aos 2 anos. Depois os pais mudaram-se para um monte na herdade do ganadeiro Pinto Barreiros onde viveram até aos seus 29 anos. O pai era carreiro, ou seja, trabalhava com mulas. Jacinta não teve oportunidade de frequentar a escola porque ficava muito distante e começou a trabalhar no campo por volta dos 10 anos. Eram 4 irmãs, sendo Jacinta a mais nova. A mais velha ainda é viva, as outras já faleceram.

Maria Jacinta foi batizada mas nunca teve catequese. O Padre do Vimieiro ia visitando as igrejas dos montes e fazia a catequese que podia, mas não era uma catequese organizada. Acabou por só receber a primeira Comunhão já adulta, por altura do cursilho de cristandade. O cursilho foi feito no Rodízio, Praia Grande, com o Padre Frazão.

Maria Jacinta casou aos 23 anos com João António Queimado, que era de Vimieiro. Aos 30 anos vieram para a Abrunheira, porque o marido veio trabalhar como guarda no Estabelecimento Penal de Sintra. Já trouxeram com eles a única

filha, Lurdes, com 2 anos. Ao longo da vida fizeram mais três tentativas de filhos, mas não foram bem-sucedidas. Trouxeram para Sintra também o pai de Jacinta; a mãe já tinha falecido, aos 53 anos.

Na Abrunheira Jacinta foi trabalhar na casa do senhorio, e em determinada altura um primo da Jacinta que trabalhava numa empresa em Lisboa (F. Lima) convidou-a para ir para uma quinta na Praia das Maças, em que o proprietário era o dono da referida empresa onde viveram 9 anos. Jacinta cuidava da casa, o pai cuidava do jardim da quinta, e o marido trabalhava no estabelecimento prisional. A filha começou assim a estudar em Colares, na escola criada pelo Padre Frazão. Depois fez a telecola das Doroteias e o secundário no Liceu de Sintra e em Lisboa. Licenciou-se em Direito, já adulta, e trabalha como solicitadora.

Quando foram morar para a Colónia Penal, Jacinta foi trabalhar para casa de uma senhora também da Colónia. Entretanto, com o 25 de abril, o marido concorreu e é colocado no Tribunal de Sintra, como oficial de justiça. Nessa altura, pedem à D. Mimi (Laura Maria Constância, esposa de Carlos d'Argeant) para lhes arrendar

uma casa na quinta da Estefânia. O marido da D. Mimi em vez de lhes arrendar a casa, emprestou-a na condição que a limpassem e arrumassem e por reçoio de que com a revolução lhe fossem ocupar a casa. Como retribuição, Jacinta sempre que era preciso, ajudava nas limpezas da casa da D. Mimi. Mais tarde foi para lá trabalhar a tempo inteiro e quiseram começar a pagar renda da outra casa onde viviam. Tinham uma grande estima pela D. Mimi que acompanharam até ao fim da sua vida.

A D. Mimi dedicava-se à vida social e bordava muito bem, pelo que chegou a fazer o vestido de casamento da Condessa de Cadaval. Todos os dias havia Missa na capela da quinta às 9 horas (ainda não havia igreja de S. Miguel), celebrada pelo Pároco, o Pe João Correia de Sousa, e às vezes pelo Mons. Mello, capelão das Clarissas. Jacinta todos os dias abria a capela, preparava os paramentos e servia o pequeno-almoço ao sacerdote. Se fosse o Monsenhor a celebrar, era em casa da Jacinta que era servido o pequeno-almoço. Aos domingos a capela não chegava para tantos fiéis, as pessoas chegavam ao portão da quinta. Também lá se realizavam esporadicamente casa-

mentos e batismos. Havia catequese na capela e numa cave da casa principal da quinta.

Já com idade avançada, a D. Mimi sofreu uma queda, com fratura do fémur, e durante o tempo de hospitalização mais uma trombose que lhe retirou a fala, embora mantendo a lucidez. Jacinta cuidou dela enquanto pode, e mais tarde outras pessoas tiveram de ajudar. No final foi necessário o internamento num lar em Oeiras, onde passou os últimos 10 meses de vida, a custas da irmã, que vivia

no Brasil. À sua morte, por volta do ano 2000, com cerca de 90 anos, a D. Mimi deixou a sua parte da quinta a um sobrinho de D. Maurílio Gouveia, bispo de Évora, que fora antes bispo auxiliar de Lisboa, e a casa em que vivia Jacinta a ela mesma. A parte do marido da D. Mimi ficou para a família dele. Para desfazer o imbróglío fizeram venda da quinta. Nessa altura também Maria Jacinta fez a venda da sua casa e foi morar para Mem Martins, onde ainda mora. O marido da Jacinta faleceu em 2009, ainda



estavam na quinta. A filha, Lurdes, viveu sempre com a mãe.

Jacinta colaborou muitos anos na Igreja de São Miguel no arranjo das flores e no grupo da costura. Um acidente na igreja, em que partiu um braço, não a deixou ajudar mais com as flores, mas enquanto puder, estará sempre ao dispor e ao serviço da Paróquia.

Por fim, Maria Jacinta recomenda a todos que não deixem de fazer alguma coisa pelos outros, porque o pior que nos pode acontecer é paramos. ■

FESTA DE SANTO ANTÓNIO DA ABRUNHEIRA

Pedro Martins

Desde de 2019 que não se realizavam as festas de Santo António na Abrunheira, devido à situação pandémica vivida nos últimos 2 anos, e que obrigou à interrupção de todas as atividades festivas. Este ano, com a situação pandémica mais controlada, foi decidido retomar a festa em honra do padroeiro, Santo António.

No dia 12 de junho, foi celebrada Eucaristia na capela de Santo António, seguindo-se a procissão pelas ruas da Abrunheira. Saíram à rua três andores com a imagem de Santo António, Nossa Senhora de Fátima e o Sagrado Coração de Jesus. Seguiu-se um pequeno convívio, onde se serviu sardinha no pão e bifanas, acompanhado de música ambiente.

Está a decorrer, na Câmara Municipal de Sintra, a aprovação do projeto para a construção da Igreja de Santo António, e no final da celebração o Padre Armindo deu a notícia de que o projeto de arquitetura tinha sido aprovado na presente semana. Espera-se que a Câmara Municipal de Sintra aprove os projetos de especialidades com a maior brevidade possível, e assim seja possível dar início à edificação da igreja.



Pastoral da Deficiência

“Oeiras, uma Vigararia Acessível”

O Serviço Pastoral a Pessoas com Deficiência divulgou o mapa das acessibilidades das igrejas paroquiais da Vigararia de Oeiras. Em colaboração com as paróquias da Vigararia, a Associação Novamente e a Associação Salvador, foi possível mapear as igrejas ou espaços alternativos, localizados nas 13 paróquias desta vigararia. O apoio técnico deste projeto foi assegurado pela Associação Accessible Portugal. Depois de Cascais, Oeiras é a segunda Vigararia do Patriarcado de Lisboa a apresentar o mapa das acessibilidades nas suas paróquias. O Serviço Pastoral a Pessoas com Deficiência mantém a ambição de construir o mapa da acessibilidade das igrejas de toda a diocese e desafiam cada paróquia a fazer parte deste projeto.



(Fecha à 3.ª feira)

CASA
Restaurante Petiscaria Bar

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

Tel: 219 243 490



Para os mais pequenos

A Árvore

Era uma vez uma árvore que, tendo crescido à beira de um rio, se sentia muito infeliz. Olhava para si própria e chorava a sua triste sorte. Dizia para consigo:

-Levo uma vida sem sentido. Sempre parada e sem fazer nada, junto ao rio.

Um belo dia, um passarinho pousou num dos seus ramos e cantou-lhe aos ouvidos uma bela canção. A árvore, que estava a dormir, abriu os olhos e viu muitas outras aves alegres a esvoaçarem de ramo em ramo. Começou a sentir-se melhor.

Viu também que muitos viajantes, cansados, se sentavam à sua sombra para recuperarem forças na sua caminhada. E verificou ainda, com os seus olhos, que no seu tronco se apoiavam diversos arbustos mais frágeis que cresciam ao seu lado.

Descobriu que era útil aos passarinhos que nela poisavam, aos caminhantes que se sentavam à sua sombra e aos arbustos que nela se apoiavam.

Foi precisamente nesse dia que descobriu que era útil aos outros e fazia os outros felizes, que essa árvore passou a ser também feliz. Já tinha razões para viver

O ser útil aos outros é uma necessidade básica da pessoa humana. Quem julga que para nada serve, esse perde toda a razão de viver. É belo ver as pessoas a porem todas as suas qualidades ao serviço dos outros, fazendo-o com alegria.

"Pequenas histórias para saborear" Edições Salesianas

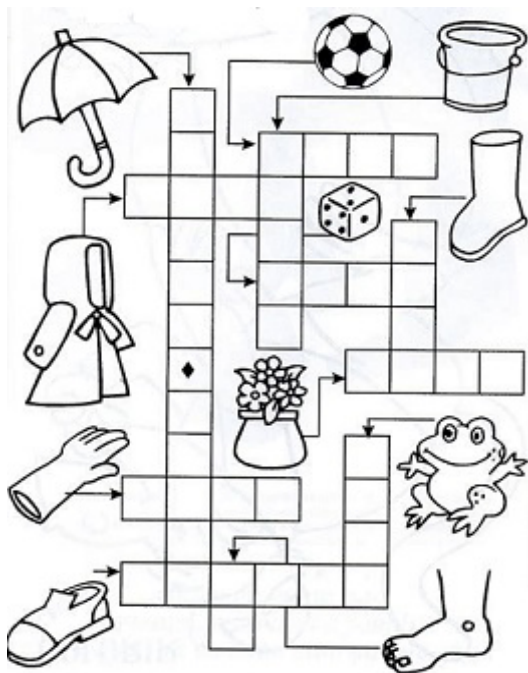
Imagem para colorir



Descobre as 7 diferenças



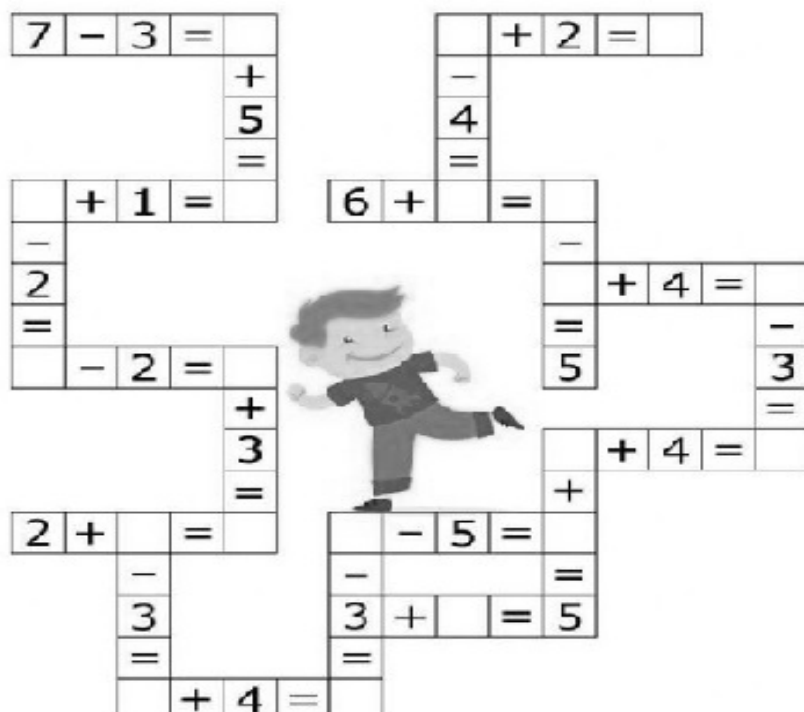
Palavras cruzadas



Multiplicações

X	7	4	1	9	3	6	11	5	2	8
2		8	2				22		4	
5	35		5	45				25		
9					27		99		18	
6		24	6					30	12	
8					24			40	16	
12			12		36	72				
5	35	20		45				25	40	
7			7			42	77		14	
10	70		10			60				80
4			4		12		44			32

Brinca com os números



Sudoku - Puzzle

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



JMJ Lisboa 2023: Organização divulgou patronos da próxima Jornada Mundial da Juventude - JOÃO COSTA

O Comité Organizador Local das JMJ escolheu 13 patronos para nos acompanharem até á semana das Jornadas Mundiais da Juventude.

É costume em cada jornada mundial da Juventude ser confiado o dinamismo, a preparação e a realização da própria jornada a Patronos, ou seja, santos e santas canonizados ou com esse processo em curso, referências para a comunidade jovem.

Para as JMJ 2023, os 13 escolhidos, pelas palavras do Cardeal-Patriarca, “demonstraram que a vida de Cristo preenche e salva a juventude de sempre”.

Os 13 patronos desta jornada são então: São João Paulo II; São João Bosco; São Vicente; Santo António de Lisboa; São Bartolomeu dos Mártires; São João

de Brito; Beata Joana de Portugal; Beato João Fernandes; Beata Maria Clara do Menino Jesus; Beato Pedro Jorge Frassati; Beato Marcel Callo; Beata Chiara Badano e Beato Carlo Acutis.

Nascidos na cidade que acolhe a JMJ ou, naturais de outras geografias, são modelos para a juventude e irão ser a inspiração dos nossos jovens nesta missão até às jornadas.



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
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

FARMÁCIA MARRAZES


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

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

Telefone: 21 923 00 58

Intenção do Papa

Julho - 2022



Pelos idosos

Rezemos pelos idosos, que representam as raízes e a memória de um povo, para que a sua experiência e a sua sabedoria ajudem os mais jovens a olhar o futuro com esperança e responsabilidade.

Calendário Litúrgico - Julho 2022 - Ano C

	Dia 10	Dia 17	Dia 24	Dia 31
	15.º DOM. T. Comum	16.º DOM. T. Comum	17.º DOM. T. Comum	18.º DOM. T. Comum
Leitura I	Deut 30, 10-14	Gen 18, 1-10a	Gen 18, 20-32	Co (Ecle) 1, 2; 2, 21-23
	«Esta palavra está perto de ti, para que a possas pôr em prática»	«Senhor, não passeis sem parar em casa do vosso servo»	«Se o meu Senhor não levar a mal, falarei»	«Que aproveita ao homem todo o seu trabalho?»
Salmo	68, 14.17.30-31.33-34.36ab.37	14, 2-4ab.5	137, 1-3.6-8	89, 3-6.12-14.17
	"Procurai, pobres, o Senhor e encontrareis a vida."	"Quem habitará, Senhor, no vosso santuário?."	"Quando Vos invoco, sempre me atendeis, Senhor."	"Senhor, tendes sido o nosso refúgio através das gerações"
Leitura II	Col 1, 15-20	Col 1, 24-28	Col 2, 12-14	Col 3, 1-5.9-11
	«Por Ele e para Ele tudo foi criado»	«O mistério oculto ao longo dos séculos e agora manifestado aos seus santos»	«Deus fez que, unidos a Cristo, voltásseis à vida e perdoou todas as faltas»	«Aspirai às coisas do alto, onde está Cristo»
Evangelho	Lc 10, 25-37	Lc 10, 38-42	Lc 11, 1-13	Lc 12, 13-21
	«Quem é o meu próximo?»	«Marta recebeu Jesus em sua casa. Maria escolheu a melhor parte»	«Pedi e dar-se-vos-á»	«O que preparaste, para quem será?»

TEMPO COMUM



«A segunda parte do Tempo Comum, fica entre os tempos da Páscoa e do Advento, e é o momento do cristão colocar em prática a vivência do reino e ser sinal de Cristo no mundo, ou como o mesmo Jesus disse, ser sal da terra e luz do mundo»

Serviço Pastoral e Litúrgico de Julho 2022

MISSA DOMINICAL

SÁBADO (Vespertina) - exceto dia 4 Junho

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 - exceto dia 5 de Junho

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	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos
12H00						Ramalhão
13H00				Hospital CUF		
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 XIII

Aniv. Ordenação Diác. Carlos Brito Marques
09.30h Expo. SSmo., em S. Miguel
21.00h Reunião do Conselho Pastoral
21.15h Encontro de Grupo de Jovens da UPS

Dia 2 – Sábado da semana XIII

Aniv. Ordenação Diác. Vasco d'Avilliez
Encerramento do ano CNE

Dia 3 - DOMINGO XIV DO TEMPO COMUM

Missa de festa em Cabriz, às 10.15h (em vez de Várzea)
16.00h Ordenações no Mosteiro dos Jerónimos

Dia 4 – Segunda-feira – Sta. Isabel de Portugal

Dia 5 – Terça-feira

21.00h Reunião da Direção do Agrup. Escuteiros

Dia 6 – Quarta-feira da semana XIV

Aniv. tomada de posse de D. Manuel Clemente
21.00h INDABA dos Escuteiros
21.30h Ultreia em Cascais

Dia 7 – Quinta-feira da semana XIV

16.00h Oração, Renovamento Carismático

Dia 8 – Sexta-feira da semana XIV

21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 9 – Sábado da semana XIV

21.30h Reunião de Prep. Batismo p/ pais e padrinhos

Dia 10 – DOMINGO XV DO TEMPO COMUM

Dia 11 – Segunda-feira – S. Bento

21.30h Oração do Terço - Vicentinos

Dia 12 – Terça-feira da semana XV

15.00h Missa no Lar do Oitão

Dia 13 – Quarta-feira da semana XV

21.30h Ultreia em Cascais

Dia 14 – Quinta-feira da semana XV

15.00h Celebração da Palavra no Lar Asas TAP
16.00h Expo. SSmo. Renovamento Carismático

Dia 15 – Sexta-feira – S. Boaventura

Dia 16 – Sábado - Virgem Sta. Maria do Monte Carmelo

Dia 17 – DOMINGO XVI DO TEMPO COMUM

13.00h Almoço de festa na Comunidade da Várzea

Dia 18 – Segunda-feira – S. Bartolomeu dos Mártires

Dia 19 – Terça-feira da semana XVI

12.00h Missa peregr. Italianos em S. Martinho

Dia 21 – Quinta-feira da semana XVI

16.00h Oração, Renovamento Carismático

Dia 22 – Sexta-feira – Sta. Maria Madalena

Dia 23 – Sábado – Sta. Brigida

21.30h Reunião de Prep. Batismo p/ pais e padrinhos

Dia 24 – DOMINGO XVII DO TEMPO COMUM

Dia 25 – Segunda-feira – S. Tiago

12.00h Missa Peregrinos franceses, em S. Martinho

Dia 26 – Terça-feira – S. Joaquim e Sta. Ana

15.00h Missa Lar Car. Cerejeira

Dia 28 – Quinta-feira da semana XVII

15.00h Missa no Lar Asas TAP

Dia 29 – Sexta-feira – SS. Marta, Maria e Lázaro

11.00h Missa na Capela de S. Lázaro

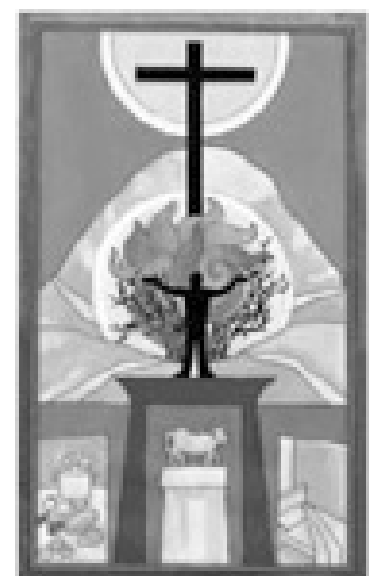
Dia 31 – DOMINGO XVIII DO TEMPO COMUM

NO MÊS DE AGOSTO

15 Ago: Assunção de Nossa Senhora

17 Ago: Missa de Festa em Janas

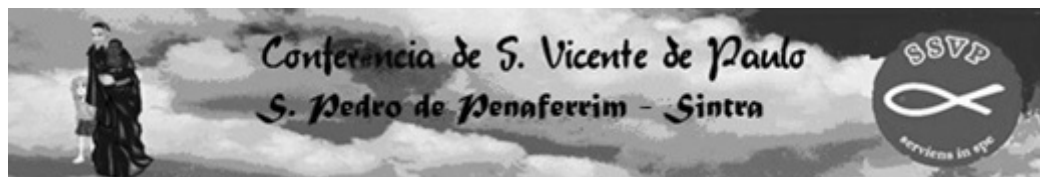
28 Ago: Missa de festa no Linhó (por confirmar)





Notícias dos Vicentinos

Isabel Pereira



Carta Encíclica FRATELLI TUTTI (3 de outubro de 2020)

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

É bom meditar nas palavras, sempre atuais, que o Santo Padre Francisco nos dirige neste extraordinário documento.

SOBRE A FRATERNIDADE E A AMIZADE SOCIAL

UM CORAÇÃO ABERTO AO MUNDO INTEIRO

Se esta afirmação – como seres humanos, somos irmãos e irmãs – não ficar pela abstração mas se tornar verdade encarnada e concreta, coloca-nos uma série de **desafios** que nos fazem mover, obrigam a assumir novas perspetivas e a produzir novas reações.

Quando o próximo é uma pessoa migrante, sobre-vêm desafios complexos. O ideal seria, sem dúvida, tornar desnecessárias as migrações e, para isso, o caminho é criar reais possibilidades de viver e crescer com dignidade nos países de origem, a fim de se poder encontrar lá as condições para o próprio desenvolvimento integral. (...) é nosso dever respeitar o direito que tem todo o ser humano de encontrar um lugar onde possa não apenas satisfazer as necessidades básicas dele e da sua família, mas também realizar-se plenamente como pessoa.

Os nossos esforços a favor das pessoas migrantes

que chegam podem resumir-se em *quatro verbos*: **acolher, proteger, promover e integrar.**

Isto implica algumas respostas indispensáveis, sobretudo em benefício daqueles que fogem de graves crises humanitárias. Por exemplo, incrementar e simplificar a concessão de vistos, adotar programas de patrocínio privado e comunitário, abrir corredores humanitários para os refugiados mais vulneráveis, oferecer um alojamento adequado e decente, garantir a segurança pessoal e o acesso aos serviços essenciais, assegurar uma adequada assistência consular, o direito de manter sempre consigo os documentos pessoais de identidade, um acesso imparcial à justiça, a possibilidade de abrir contas bancárias e a garantia do necessário para a subsistência vital, dar-lhes liberdade de movimento e a possibilidade de trabalhar, proteger os menores e assegurar-lhes o acesso regular à educação,

prever programas de custódia temporária ou acolhimento, garantir a liberdade religiosa, promover a sua inserção social, favorecer a reunificação familiar e preparar as comunidades locais para os processos de integração.

Os dons recíprocos

A chegada de pessoas diferentes, que provêm dum contexto vital e cultural distinto, transformam-se **num dom**, porque «as histórias dos migrantes são histórias também de encontro entre pessoas e entre culturas: para as comunidades e as sociedades de chegada são uma oportunidade de enriquecimento e desenvolvimento humano integral para todos».

Por isso, «**peço especialmente aos jovens** que não caiam nas redes de quem os quer contrapor a outros jovens que chegam aos seus países, fazendo-os ver como sujeitos perigosos e como se não tivessem a mesma dignidade inalienável de todo o ser

humano».

O intercâmbio fecundo

Na realidade, a ajuda mútua entre países acaba por beneficiar a todos. Um país que progride com base no seu substrato cultural original é um tesouro para toda a humanidade. Precisamos de fazer crescer a consciência de que, hoje, ou nos salvamos todos ou não se salva ninguém. A pobreza, a degradação, os sofrimentos dum lugar da terra são um silencioso terreno fértil de problemas que, finalmente, afetarão todo o Planeta.

Gratuidade que acolhe

Todavia não quero limitar esta abordagem a qualquer forma de utilitarismo. Existe a **gratuidade**: é a capacidade de fazer algumas coisas, pelo simples facto de serem boas, sem olhar a êxitos nem esperar receber imediatamente algo em troca. Isto permite acolher o estrangeiro, mesmo que não traga de ime-

diato benefícios palpáveis. Mas há países que pretendem receber apenas cientistas ou investidores.

Quem não vive a gratuidade fraterna, transforma a sua existência num comércio cheio de ansiedade: está sempre a medir aquilo que dá e o que recebe em troca. Em contrapartida, **Deus dá de graça**, chegando ao ponto de ajudar mesmo os que não são fiéis e «fazer com que o Sol se levante sobre os bons e os maus» (Mt 5, 45). Por isso, **Jesus recomenda**: «Quando deres esmola, que a tua mão esquerda não saiba o que faz a tua direita, a fim de que a tua esmola permaneça em segredo» (Mt 6, 3-4). Recebemos a vida de graça; não pagamos por ela. De igual modo, todos podemos dar sem esperar recompensa, fazer o bem sem pretender outro tanto da pessoa que ajudamos. É aquilo que Jesus dizia aos seus discípulos: «Recebestes de graça, dai de graça» (Mt 10, 8).

Seminário “ESCUTAR PARA AGIR”

(Referências da LAUDATO SI' na FRATELLI TUTTI : Tudo está interligado)

Orador **Diacono Dr. Luís Brizida**

Terminou assim, o ciclo de cinco seminários “**ESCUTAR PARA AGIR**” (Sintra, Algueirão, Cacém, Belas e Massamá), com a reflexão da Encíclica do Papa Francisco “Fratelli Tutti”.

Quinta-feira dia 30 de junho de 2022 pelas 21:30, Salão Paroquial de São Bento, Massamá - Sintra



Sociedade de São Vicente de Paulo
Conselho da Zona de Quatro
Paróquia do Espírito Santo de Sintra

INSOLAÇÃO

A insolação é uma situação que ocorre em consequência da exposição prolongada ao calor, mas em que os mecanismos habituais que o organismo tem para arrefecer o corpo falham, constituindo uma emergência médica.



Os sinais e sintomas de uma insolação são os seguintes:

- Dores de cabeça intensa
- A vítima sente-se muito quente, mas não consegue transpirar
- Pele muito seca e quente
- Temperatura corporal acima dos 40°C
- A respiração pode estar rápida e o pulso parecerá forte
- A vítima fica confusa e pode perder rapidamente a consciência

Como atuar perante uma insolação:

- Ligue imediatamente 112;
- Leve a vítima para um local fresco, sente-a ou deite-a e dispa-a.
- Refresque a vítima, passando água à temperatura ambiente por todo o corpo. Para tal utilize, por exemplo, uma toalha, chuveiro, esponja.
- Verifique a temperatura, procurando que esta desça, pelo menos, para os -38,0°C
- A administração de medicamentos para reduzir a temperatura, numa fase inicial não funciona, porque o organismo perdeu a capacidade de perder calor pelos mecanismos habituais;
- Monitorize o estado da vítima até as equipas de emergência chegarem. Se a temperatura voltar a subir volte a fazer o mesmo processo de arrefecimento.

A emergência médica começa em si. Colabore com o INEM. Juntos, podemos salvar vidas!

O P. JOAQUIM INÁCIO FESTEJOU O SEU ANIVERSÁRIO DE ORDENAÇÃO SACERDOTAL NO PASSADO DIA 24 DE JUNHO.
PARABÉNS!



Os nossos diáconos estão de Parabéns

PARABÉNS!

DIÁCONO CRAVEIRO (17 ANOS)

DIÁCONO CARLOS (15 ANOS)

DIÁCONO VASCO (5 ANOS)

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 VITOR I

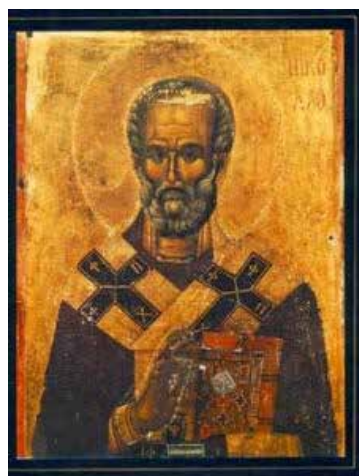
São Vítor I foi o décimo quarto Papa, dentre (datas aproximadas) 189 e 199., Vítor nasceu na província romana de Tunísia, sendo portanto, o primeiro Papa africano. Esta notícia é bastante certa, pois na Catedral Católica de Tunes, à esquerda do altar, tem um mosaico com o rosto dele. De seu pai sabe-se somente que se chamava Félix.

Vítor I estabeleceu que qualquer tipo de água, quer seja de um rio, mar ou outras fontes, pode ser utilizada no batismo, no caso de faltar água benta. Outra contribuição importante foi que Vítor tomou partido do estabelecimento do domingo (em substituição do sábado)

como dia sagrado, em memória da ressurreição de Cristo, embora a prática só se tornasse universal no Primeiro Concílio de Niceia.

Foi Vítor I quem determinou que a Páscoa seria celebrada sempre neste dia da semana, excomungando todos os bispos que se opuseram à mudança. O Primeiro Concílio de Niceia (325) confirmou sua decisão. É também sua a decisão de realizar as Missas em latim em vez de grego. Além disso, tornou herética a doutrina do adocionismo no ano de 190.

Pensa-se que Vítor tenha sido martirizado durante o reinado de Septímio Severo. Seu dia é celebrado



pela Igreja Católica em 28 de julho. Por Cristo nosso Senhor. Amén!



À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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



No mês anterior a fotografia publicada era de um azulejo na Calçada dos Clérigos. Não sabemos a que confraria se refere a inscrição.



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