



UNIDADE PASTORAL DE SINTRA

Cruz Alta



Agosto /
Setembro 2022

Edição nº 200 - Ano XX
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita



IRMÃS DOROTÉIAS
HÁ 75 ANOS NO LINHÓ PÁGINAS CENTRAIS

Igreja de Santa Maria:
Obras de Reparação
do Telhado



Página 3

Entrevista
Diácono Craveiro



Páginas Centrais

Igreja da Várzea



Página 7

Ensinamentos da Igreja:
Carta Apostólica
"Desiderio Desideravi"



Página 7

Histórias de Vida:
Alexandrina Malfeito



Página 10



BIBLIOTECA DA UPS

PÁGINA 6



Editorial

José Pedro Salema

Agradecimento!

Hoje vou colocar um artigo de um amigo, de que gostei imenso e muito me comoveu, que não quero deixar de compartilhar convosco. Leiam que vale a pena!

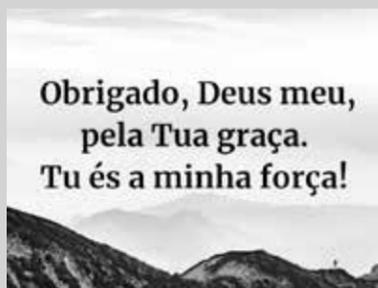
"Hoje quero agradecer a todos vós que entraram nesta carruagem da minha vida para esta maravilhosa viagem.

A minha gratidão vai sobretudo para aqueles que já saíram, porque chegaram mais cedo ao seu destino, deixaram lacunas que me convidam cada vez mais a olhar para o céu estrelado, a sua ausência está a mudar a direcção do meu coração, pouco a pouco, para a imensidão que nos espera.

À medida que a viagem avança e algumas das pessoas que amamos saem, esta carruagem torna-se cada vez mais desconhecida para mim... E tudo me convida cada vez mais a fazer outra viagem ...

Neste tempo vivido, as coisas mais importantes permanecem: confiança, amizade, gratidão, ternura. Concentro-me na experiência profunda de cada momento, que nunca mais voltará, e não quero perder o sabor, estremecendo de alegria... como o dom que Deus dá àqueles que fizeram o trabalho, o merecido descanso ao chegar ao cume, a serena compreensão que olha para a vida com compaixão e silêncio, enquanto se prepara para um novo horizonte.

A minha profunda gratidão vai para aqueles que ainda estão nesta carruagem, partilhando alegrias e esperanças, tristezas e preocupações, que fazem parte de uma vida verdadeiramente vivida. Obrigado por terem vindo a este dia para o celebrar comigo, por terem acreditado, apesar de terem visto o cume



longe e sabido que tinham de sofrer muito, não desistiram. E eu estou esmagado por esta fidelidade e este afecto incondicional. Penso sempre que sou demasiado pequeno para vos merecer ...

Alguns de vós entraram recentemente ou mesmo agora, e sei que continuarão a viagem, mais adiante, mas deram-me a doce experiência do conforto, o acolhimento incondicional e o apoio que me faltava... Darei graças por vós, ao olhar para o amanhã incerto, desejando que tudo na vossa vida seja abençoado.

Para ti, Senhor de ontem, de hoje e de amanhã, eu nada mais tenho do que este pedaço de pão e este pouco vinho, mas são feitos de todos e cada um daqueles que puseste no meu caminho, da sua carne e seu sangue, e se tu morreres e eu morrer e eles morrerem também, tu vives, eu viverei e eles viverão também, a Vida que já não pode morrer. É o amor, só o teu amor, que a torna possível.

O teu amor é derramado na Eucaristia da tua vida, por mim, pobre sedento, e por aqueles a que o Pai me deu. A minha gratidão é levantar os meus braços trémulos, é mantê-los nesta incessante súplica... Para que possa vencer o reino que ainda se abre caminho com violência.

Não tenho mais nada, apenas este corpo e sangue, esta debilidade e pobreza, e a confiança infinita de saber que tu és o meu Pai e todos estes são meus irmãos."



Os Nossos Padres

Pe. Jorge Doutor

Cuidar da Casa Comum

Gostamos de apreciar a Natureza e certamente o queremos fazer de modo especial em tempo de férias e lazer.

Para nós crentes, que reconhecemos na Natureza a obra do Criador, é importante aprendermos a cuidar e a preservar todo este bem que nos rodeia, em que vivemos, e do qual fazemos parte.

Moralmente, e iluminados pela Fé, devemos sentir que é um imperativo este cuidado pela casa comum – o cuidado pela ecologia. Não o podemos ignorar ou descuidar-nos de o fazer!

Anteriormente, para obter certos fins – mais riqueza, mais bem-estar – usavam-se todo o tipo de meios sem olhar às consequências futuras. Não podemos continuar a viver nessa cegueira e estreiteza de horizontes!

Certos cuidados simples são muito importantes e devemos praticá-los e ensiná-los às novas gerações, para que o mundo natural seja preservado: não deitar lixo para a natureza, fazer a separação dos lixos, reduzir consumos, reutilizar o que for possível, reciclar, ter os cuidados necessários para evitar incêndios, promover políticas que cuidem do ambiente e defendam a vida de todas as espécies, etc. Todos nós sabemos



o que deve ser feito, mas muitas vezes ainda somos muito inativos ou colocamos resistências em passá-lo à prática!

Por isso dirijo estas palavras, fazendo apelo não apenas à nossa consciência humana, mas também à nossa consciência cristã: devemos sentir como nossa missão de filhos de Deus cuidar da obra de Deus, Criador e Pai. Não faz sentido sermos cristãos e pactuarmos com a destruição do que Deus criou! Isso é um verdadeiro pecado!

Nestas férias aproveitemos para contemplar toda a beleza da criação e tomemos maior consciência dos graves riscos que, por culpa humana, ela sofre, para que nós e as gerações seguintes possamos continuar a desfrutar, de forma equilibrada e harmoniosa, de toda esta beleza em que habitamos.



A melhor parte

Diác. Vasco Avillez

O Diácono nas nossas Paróquias e na nossa Diocese

Por esta altura já a maioria dos nossos leitores sabem muito bem, o que faz um Diácono e já nos viram a atuar nas nossas Igrejas e junto dos padres que nos acompanham a todos nós. O Diácono é sempre referido como um Diácono Permanente! Quer dizer que ficará neste posto, ao contrário dos Diáconos temporários que depois de ordenados se preparam para ser ordenados Padres!

O Diácono Permanente é o defensor do Evangelho e da Fé, e em geral, ajuda em tudo

o que pode na Comunidade. Quando está na Missa, é ele quem proclama o Evangelho...reparem que o Evangelho não é apenas lido: é proclamado o que pressupõe uma atitude própria dos grandes momentos pois se trata da palavra de Deus!

O Diácono Permanente tem a vantagem de ter ou de ter tido um emprego na sua vida do dia-a-dia, e por isso conhece melhor o mundo do trabalho e das empresas. Traz para o Clero, de que é membro, uma experiência muito útil de vida de Família, pois

em geral os Diáconos têm a sua família, com filhos e netos. Não tem que ser sempre assim e se por acaso um Diácono é ordenado solteiro, não pode depois casar! Tal como um Diácono casado, eu porventura venha a ficar viúvo, também não pode voltar a casar.

O Diácono Permanente ajuda os Padres da Comunidade com as celebrações dos sacramentos, do Batismo; do Casamento; da Comunhão Dominical aos doentes e depois também dos funerais que ocorram na Paróquia onde o seu papel principal é o de estar perto dos que sofrem a perda de um ente querido e de dar conforto aos que com grande angústia se despedem

dos seus queridos pais ou irmãos. É muito importante saber estar «perto» dos outros e consolar os que precisam de consolo.

Na nossa União de Paróquias somos três os Diáconos Permanentes, mas agora o nosso bispo enviou um dos Diáconos para uma outra Freguesia onde faz muita falta pelo que ficaremos apenas dois e por isso todos vão ter que ter mais paciência, pois será um par de mãos a menos e uma Voz que vai pregar para uma outra Freguesia onde o acolherão muito bem sem dúvida. É O Senhor Diácono Joaquim Craveiro que vai para Rio de Mouro e por isso quando estiverem com ele digam-lhe das sau-

dades que todos vamos ter dele, da sua Palavra do seu Canto, da sua presença na nossa Comunidade.

Mas a vida continua e temos que continuar a atender e a receber a todos!

Vamos é precisar de mais auxílio da paróquia dos seus membros e daqueles que podem ainda dar muito aos outros!

A maior alegria de um Diácono Permanente é a de saber que chegou ao coração de cada um dos seus paroquianos e por isso, quando for assim, digam-lhe!

Se tiverem dúvidas peçam a ajuda aos Diáconos Permanentes e aos MEC e desde já muito obrigado por seguirem estes conselhos.



Profissão de Fé: “Agora sou eu que acredito!”

Grupo de catequistas do 6º vol. da UPS (2021/22) Fotos Tiago Inácio

No culminar de mais um ano de catequese, 28 catequizandos do 6º volume de vários centros da UPS (Linhó, S. Miguel, S. Pedro e Várzea), disseram “Sim” ao Pai, a Cristo, ao Espírito Santo e à Igreja. Foi no dia 5 de Junho passado na Igreja de S. Miguel. Em dia de Pentecostes e da UPS. “O Reino de Deus é como um homem que lançou a semente à terra. Quer esteja a dormir, quer se levante, de noite e de dia, a semente germina e cresce, sem ele saber como.” (Mc 4, 26-27)

A fé é um dom, uma “dádiva” muito especial do Pai do Céu. É uma adesão incondicional e pessoal a Jesus Cristo. Pessoal, mas que só se expressa e ganha sentido em comunidade. É acreditar em Jesus e na Sua Palavra. Talvez seja tudo isso e...algo mais. Caminha por caminhos que a razão muitas vezes

desconhece... Citando Sta. Teresa de Calcutá: “A força mais potente do Universo? A fé!”

Os nossos “filhotes na fé”, desde há vários anos, têm feito uma caminhada inspirada na beleza, profundidade e altruísmo do Evangelho. Sementes que foram lançadas à terra... terra fecunda que dá vida e sentido... as sementes vão-se transformando, moldando, pouco a pouco, até se tornarem frutos maduros. Chega, então, o tempo da colheita. Este foi um momento de colheita para a nossa catequese! E para que essa colheita fizesse maior sentido naqueles pequenos/grandes corações, promovemos um “Encontro de Preparação para a Profissão de Fé”. Foi intitulado “Agora sou eu que acredito!” e decorreu no Convento das Irmãs Doroteias (Centro de Retiros), no Linhó, a 3 e 4

de Junho últimos. Preparado com criatividade, harmonia e entejada, resultou em algo especial:

- No dia 3 lançámos duas dinâmicas lúdicas que serviram como apresentação, quebra-gelo e ponte para o momento forte da noite: a exploração à volta de uma parábola de Jesus, uma das mais desafiantes e profundas, denominada “O bom samaritano”. Estava dado o mote do Encontro: “Tu queres seguir Jesus?” Amar como ele ama? Nos quartos havia surpresas escondidas, carinhosamente preparadas pelos pais...

- O dia 4 foi bem cheio (e iluminado pelo sol, tímido na véspera): começamos na bellissima capela rezando “Uma oração em cada dedo”, com a preciosa “ajuda” do Papa Francisco. A seguir, o Pe. Jorge também ajudou o grupo a interiorizar a bela oração do

“Credo” e a preparar a importante celebração do dia seguinte. O nosso Encontro iria terminar da melhor maneira, com diversidade e dinamismo: balançando entre a reflexão/meditação “Jesus, eu creio?” (individualmente, cada um teve o tempo e a oportunidade de conversar com Jesus e de decidir, em liberdade, sobre o importante passo da Profissão de Fé) e o jogo/interação “A rota do Tesouro” (peddy-paper por equipas, aproveitando o belo espaço exterior, com o objetivo de encontrar as 7 peças do Tesouro – o Credo. Em cada marco havia questões sobre a fé e um desafio bíblico (valorizando a consulta da Bíblia). Desafios superados, todos foram vencedores, porque venceu a alegria, a partilha e o prazer de descobrir e de estarmos... juntos!).

Outros momentos impor-

tantes foram iluminados por cânticos, orações, conversas ou refeições conjuntas. (Aproveitamos para deixar aqui um agradecimento especial às Irmãs Doroteias pela sua hospitalidade e simpatia, bem como pela beleza e aprumo do seu convento.)

Laços fortalecidos, grupo mais unido, corações amadurecidos e tocados pelo Amor de Jesus, quando nos reencontrámos para a Missa da UPS, onde se integrou a “nossa” Profissão de Fé, tudo pareceram simples, porque iluminados pelo Espírito do Alto. Aí, no momento-chave, sentimos que cada um disse “Sim, eu creio!”, não apenas com a boca, mas também com o coração. Há uns anos atrás aquelas mesmas palavras saíram das bocas dos seus pais e padrinhos, agora era a vez daqueles adolescentes, tocados pela Luz de Jesus, a mesma que saía, naquele momento, do Círio Pascal para as velas do Batismo...novamente acesas!

Era tempo de colheita, e para que os frutos fossem mais saborosos era hora de cantar com toda a assembleia de Sintra, ali reunida (símbolo de Cristo também) um poema que ganhou mais sentido naquele momento: “Onde Deus te levar”.



OBRAS DE REPARAÇÃO DO TELHADO DE SANTA MARIA

Pe Armindo Reis

O telhado da igreja de Santa Maria foi feito de novo por volta do ano 2000, mas com a telha velha de canudo, sobre o forro de madeira, à moda antiga, com as tenhas seguras por arames. É muito bonito, mas como não levou subtelha, cada vez que há um temporal fogem algumas telhas e começa a entrar água na igreja. Em 2016 foi reparada uma zona que tinha levantado, em 2020 foi limpo e reparado todo o telhado da sacristia e este ano tivemos que fazer uma intervenção mais profunda porque havia muitas

telhas partidas e outras descaídas. Verificou-se também que a cumieira do telhado estava cheia de fissuras e com infiltrações, pelo que teve que ser reparada com cimento. Foi um trabalho muito delicado, difícil e perigoso, mas o nosso Miguel Remígio mais uma vez mostrou a sua habilidade na manutenção das nossas igrejas. Teve desta vez a ajuda preciosa do Pe. Joaquim que durante muitos dias lhe deu apoio garantindo a segurança. Este é um trabalho que se fosse dado de empreitada a uma empresa externa teria

custos muito mais elevados; e também já não há muita gente que saiba fazer este trabalho. Vamos ver se conseguimos que o telhado agora se conserve estanque por mais uns anos. Também durante o último ano foram reparados os rebocos interiores que se encontravam muito degradados e pintadas as quatro portas.



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).

Conhecer – Em sentido bíblico conhecer significa mais do que conhecer alguma coisa. Conhecer expressa uma relação existencial, o entrar numa corrente de vida. Jesus conhece o Pai porque tem uma relação filial com Ele (Lc 10, 22). A vida eterna define-se como «conhecer-te a Ti, único Deus verdadeiro, e Aquele que tu enviaste, Jesus Cristo» (Jo 17, 3).

Coração – Hoje o coração está associado à vida afetiva: amor, ódio, desprezo, desejo. Para os hebreus o coração tem uma aceção mais ampla: é o íntimo da pessoa, sentimentos, pen-

samentos, recordações, projetos. «Dá-me o teu coração» pode traduzir-se por «presta-me atenção» (Prov 23, 26). «Deus olha o coração» (1 Sm 16, 7), «Deus esquadrinha os corações» (Jer 17, 10) indica que Deus vê a autêntica conversão e ninguém O engana com um culto exterior (Is 29, 31). Diante de Deus o homem está sempre de mãos vazias, sempre se sente questionado no mais íntimo de si mesmo. Daí, a necessidade de um coração novo (Ex 18, 31; 36, 25).

Cordeiro de Deus – No NT Cristo assemelha-se a um cordeiro (1Pe 1, 19; Jo 1, 29; Ap 5, 6). A figura do cordeiro apa-

rece no AT: «como o cordeiro levado ao matadouro» (Is 53, 7). **Cordeiro pascal:** cordeiro com que o povo celebrava a libertação do Egito (Ex 12, 5). A tradição viu em Cristo o verdadeiro cordeiro pascal que resgata os homens com o preço do seu sangue (Ap 5, 9; Heb 9, 12-15).

Corinto – Capital da Acaia, província romana no istmo de Corinto e Salónica. Célebre pela sua atividade cultural e mercantil. S. Paulo funda ali uma comunidade durante a sua estada de quase dois anos. Escreve-lhe duas importantes cartas: 1 e 2

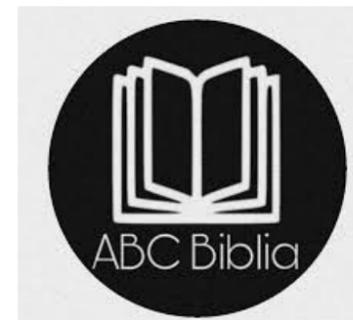
aos Coríntios.

Cornélio – Centurião romano convertido ao cristianismo em Cesareia e que é acolhido por Pedro (Act 10).

Corozaim – Cidade a norte do lago Genesaré. Ver: Mt 11, 21; Lc 10, 13.

Creta – Ilha do Mediterrâneo. A maior do arquipélago grego (Act 27, 7).

Criação – Há dois relatos que narram a criação (Gn 1 e Gn 2, 4-25). Apresentam-nos um Deus que age, que tira tudo do nada, que é origem de tudo quanto existe, sem pretensão de explicações científicas. A criação é uma ação espontânea de Deus todo poderoso, que atua segundo um plano determinado em favor do homem, criado à sua imagem. Nova criação: expressão que alude à conversão do homem a Deus, à perfeição das origens, uma



vez redimido do pecado.

Cristo – «Ungido, messias». Constitui o centro do anúncio pascal (Act 2, 36).

Crónicas – Dois livros do AT (1 e 2) que formam uma única obra. Narram a história desde a origem até ao regresso do desterro da Babilónia.

Cruz – Instrumento romano para cumprir a pena de morte. Para os cristãos é o lugar da redenção, da salvação, porque foi nela que Cristo morreu. S. Paulo diz que a sua pregação é Cristo crucificado (1 Cor 1, 23). É um escândalo e um mistério no qual se realiza tudo quanto fora profetizado a respeito de Cristo (Act 13, 29).

CAMPUS FRASSINETTI

Ir. Ida, ssd (Idalécia Videira)

Entre 10 e 16 de julho começaram os Campus Frassinetti, as aventuras dos campus de férias das irmãs Doroteias no Linhó, começaram com o grupo dos Faróis, 30 jovens entre os 15 e os 17 anos (alunos de secundário) ligados às irmãs e provenientes de várias cidades (Chaves, Porto, Gaia, Covilhã, Lisboa, Sintra), acreditamos que esta diversidade favorece a riqueza das interações sociais e laços de amizade.

A equipa de animação contou com 6 jovens universitários e 2 irmãs que trabalharam de forma criativa, educativa e entusiasta o desafio de sermos

transformados interiormente, à luz do evangelho, para "Regressar por outro Caminho" como os discípulos de Emaús.

Foi assim que na terça-feira, rumámos a Sintra, onde fizemos um peddy-paper. A manhã não poderia começar melhor, resolvemos que a nossa oração inicial seria em S. Pedro junto à Igreja. Lá começou tudo, o que não imaginávamos é que, na verdade, seria Jesus quem nos encontrava e faria entrar em "Sua Casa", pelo zelo da Sra Maria Helena que nos abriu as portas da Igreja e facilitou um "Olá fraterno" a Jesus acompanhado da entrega do dia, para ser abençoado e

foi-o verdadeiramente!

Assim, a semana foi cheia de atividades, interações, explorações, desafios, serviços e partilhas. Tudo se desenvolveu à volta da descoberta do "Eu", da relação "Eu com os outros", "Eu com Jesus e com Paula", para "Servir e transformar o mundo", foi um privilégio estar no meio da natureza que o Linhó nos oferece e crescer em gratidão face à beleza da criação que nos envolve e no compromisso com a comunidade e realidade que nos acolhe, bem como, com as suas necessidades.

O Campus terminou, todos regressaram de coração cheio, a transbordar... o caminho para casa podia ser igual, mas nós, estávamos seguramente diferentes. O caminho interior e os passos dados na inter relação, no serviço, na partilha de dons e na proximidade com Jesus semearam em nós a certeza que os discípulos partilhavam, também a nós nos "ardia o coração" e o desafio agora é testemunhar no quotidiano essa "boa nova".



CURSO DE MÚSICA SACRA

ÓBIDOS
ARRUDA
LINDA-A-VELHA

INFORMA-TE NO NOSSO SITE
www.edms-lisboa.pt

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

Tumor do Rim

O rim tem uma função de filtro do sangue, fazendo com que alguns produtos que são tóxicos ou que se encontram em excesso sejam eliminados do organismo através da urina. Este órgão é constituído por diferentes tipos de células que crescem, multiplicam-se e acabam por morrer, num processo contínuo de renovação celular. Os tumores do rim e das vias urinárias podem surgir em qualquer idade, embora o carcinoma das células renais, o mais frequente tumor maligno do rim, (90% dos casos) afecte uma vez e meia mais homens que mulheres, no grupo etário acima dos sessenta anos. Representa cerca de 2% de todos os cancros em adultos. De salientar que os tumores sólidos do rim são geralmente cancerosos, ao contrário dos quistos que são cavidades fechadas normalmente com líquido no seu interior que são benignos e muito frequentes.

Destacam-se como factores de risco do tumor do rim o tabagismo, a obesidade, a hipertensão arterial, excesso de proteína animal na alimentação, a exposição ocupacional a produtos químicos, como os derivados do petróleo, amianto, radiações, como, também, o factor genético ou hereditário.

A maior parte dos tumores do rim são, felizmente, diagnosticados, acidentalmente, durante a realização de ecografias ou Tacs, exames pedidos pelos médicos por outros motivos e são muitas vezes autênticos achados. Há uns largos anos atrás estes tumores apresentavam-se na maioria dos casos em fase adiantada com a chamada tríade de Guynon: dor lombar, massa palpável na região dos rins e sangue na urina, sinais ou sintomas que traduzem já a presença de doença avançada. Dado que, nos tempos

actuais, com a realização dos exames de imagiologia frequentes, que são realizados, estes tumores muitas vezes são encontrados precocemente, por mero acaso, numa fase inicial, como salientei acima, traduzidos radiologicamente por pequenos nódulos. Assim, detectados, estes doentes são referenciados para os urologistas. De qualquer forma, o sinal de alerta é a presença de sangue na urina, que pode ser até microscópica, observada numa simples análise de urina tipo II.

O diagnóstico, portanto, faz-se pela simples ecografia renal e pela TAC para melhor clarificação do estadiamento da doença.

As opções terapêuticas actuais dependem do estadiamento em que o tumor é detectado e do estado geral do doente. Para se definir o estadiamento do cancro do rim é utilizado

um sistema TNM que avalia a sua evolução. O T, indica o tamanho do tumor primário; o N, se existe disseminação para os gânglios linfáticos próximos e o M, se existem metástases disseminadas. Números ou letras fornecem mais de-talhes que se podem juntar a estas letras. Também se poderá usar este tipo de classificação: Estadio I - tumores de pequenas dimensões, até 7 cm e localizado; Estadio II - tumor acima dos 7 cm; Estadio III - tumor com invasão dos gânglios e tecidos próximos; Estadio IV - tumor com metástases.

Numa fase localizada está indicada, eventualmente a biópsia, pois há a probabilidade de 20% destes nódulos do rim serem benignos. Caso sejam malignos procede-se à extração de parte do rim com a remoção do tumor, por via laparoscópica com muito bons resultados e com um

pós-operatório curto. Nalguns casos, podem ser efectuadas terapêuticas minimamente invasivas como a crioterapia. Quando o cancro se propaga por todo o rim procede-se à nefrectomia radical, ou seja a remoção completa do rim. Nas fases mais avançadas com metástases disseminadas, em particular no pulmão e osso, pode ser necessária a quimioterapia ou imunoterapia.

Estes doentes, após a intervenção cirúrgica, seja a nefrectomia parcial ou total têm que continuar a ser seguidos pelo menos durante 5 anos, realizando ecografia raio x do torax e análises laboratoriais, dado o risco de recidiva ...

Quando o cancro não se prolonga para lá do rim a extração cirúrgica do rim afectado e dos gânglios linfáticos proporciona uma boa probabilidade de cura. ■



Escuteiros - Adesão Informal

Agrupamento 1134

Em meados do mês de Junho e princípio de Julho, o nosso agrupamento realizou as suas actividades de Adesão Informal.

Mas o que é a Adesão Informal?

“A adesão informal, inexistente na Alcateia, inicia-se no princípio do último trimestre da vivência escutista na Unidade precedente. Neste período, a criança ou jovem continua a pertencer e a viver em pleno

as dinâmicas da sua Unidade. Porém, para que se vá familiarizando, de forma informal, com a Secção seguinte, vai sendo convidado a conhecer a respectiva sala, Equipa de Animação e elementos, modo de funcionamento, uma pequena actividade; num esquema participado e protagonizado, sobretudo, pelos Guias da Secção que os irá receber” [Programa Educativo (escutismo.pt)].

Ao longo da caminhada escutista as crianças e jovens, seguem um sistema de progresso que os estimula a adquirir novos conhecimentos, competências e atitudes, de forma motivada, para a criança ou jovem ser e fazer melhor.

Nesse sentido, no passado dia 18 de Junho os lobitos de último ano puderam participar na actividade da Expedição, participando na sua vida e

partilhando os diversos jogos de patrulha. Conheceram a Base, local de reunião dos Exploradores e ficaram a conhecer um pouco da realidade que os espera no próximo ano escutista.

No dia anterior, os exploradores de último ano participaram numa actividade preparada pela Comunidade especificamente para eles, que consistiu num raid noturno e num momento de partilha do que é ser Pioneiro. Após a pernoita em Santa Eufémia, realizaram alguns jogos de Equipa para melhor ficarem a conhecer a secção seguinte.

No dia 2 de Julho, os pioneiros de último ano tiveram a possibilidade de participar numa actividade do Clã, preparada para o efeito, com pernoita em Santa Eufémia, tendo por base o conhecimento da secção seguinte (nomeadamente o Homem Novo) e podendo no dia seguinte passar à acção, com actividades de serviço de limpeza do campo em Santa Eufémia e na pintura de casas para apoio social no Linho.

Esperamos que os nossos escuteiros tenham aproveitado estas actividades para desejarem, ainda mais, crescer cada vez melhor. ■



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>



Biblioteca da UPS, Igreja de S. Miguel

Isabel Pereira

Situada num espaço do **Café da Igreja de S. Miguel** adaptado para o efeito, a biblioteca da UPS está à **disposição de todos** os que a queiram visitar, passar algum tempo na companhia dos livros, consultando-os, lendo-os... e podendo requisitá-los para **leitura domiciliária**, preenchendo uma ficha própria.

A grande maioria deles provém da oferta de particulares e outras entidades. De momento, classificadas e catalogadas estão **disponíveis** cerca de 4600 obras, faltando ainda muitas mais... Encontram-se **informatizadas**, seguindo as Normas Internacionais de Classificação (CDU) e da Biblioteca Nacional de Lisboa.

Estão, também, ordenadas de acordo com os índices (de 0 a 9) que cobrem todos os **ramos do conhecimento** a nível geral, tais como: Publicações para crianças e jovens; Filosofia; Religião e Teologia; Ciências Sociais; Matemática e Ciências Naturais; Ciências Aplicadas, Medicina e Tecnologia; Arte e Desporto; Língua, Linguística e Literatura; Geografia, Biografia e História. Existem, ainda, enciclopédias, dicionários, gramáticas, publicações avulsas, jornais e revistas, alguns livros escolares, etc.

Mensalmente são escolhidos e expostos alguns livros na estante dos **Livros do mês**.

Os próximos serão os do **mês de Agosto**, mês de férias:

- **Cultivar em família** / Maria Thörn, Ikea;
- **Pais e filhos** / Giacomo Mezzena, ed. São Paulo;
- **Uma incrível aventura com o Google Earth à volta do mundo** /Clive Gifford, Booksmile;
- **Lugares a visitar em Portugal** /dir. Maria Antónia Vasconcelos, S.R.D.;
- **Guia de autocontrolo para uso dos condutores** / Pierre Antilogus, Terramar.

Conheça o acervo desta Biblioteca (em construção) e outras informações através do sítio da UPS: www.paroquias-sintra.pt e/ou <http://biblioteca.paroquias-sintra.pt>.

HORÁRIO de funcionamento:

- **3ª a 6ª feira** das 10H às 12H e das 17H às 19H (horário do Cartório);
- **Sábado e Domingo** antes das Eucaristias.

Uma biblioteca é um lugar calmo e aprazível, de encontro dos leitores com a cultura e com os livros que os esperam. Não falte!

(Texto seguindo a antiga ortografia) ■



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Chaussy

FÉRIAS, UM PRESENTE A AGRADECER A DEUS

Férias = determinado número de dias consecutivos, destinados ao descanso de trabalhadores ou estudantes. (Dicionário da Língua Portuguesa – Porto Editora)

Parece-me que as férias, neste sentido, têm sido, desde há mais tempo, um privilégio de estudantes e professores. Só séculos mais tarde, outros profissionais e, ainda mais tarde, operários e agricultores (nem todos) passaram a ter, em cada ano, a possibilidade de se ausentarem oficialmente do local de trabalho para uns dias de descanso.

«Subsídio de férias» é o rebuçado ainda mais recente.

Voltando ao antigamente: apoiados nas suas economias domésticas (não bancárias), alguns cidadãos portugueses iam, de «casa mudada», por um mês, inicialmente para o campo (talvez para as terras das suas origens), ou para umas termas e, no início do século XX, para uma praia, a poucos quilómetros de distância. Ao princípio, de carruagem, mais tarde de comboio, depois de camioneta; só ainda mais tarde, num «carro de praça» e mais recentemente – também só alguns – no único automóvel da família.

Haverá hoje alguma semelhança com as cenas que acabo de descrever?

Veja as diferenças...

Entre «**ter direito a férias**», usufruindo do prazer de uma viagem nos limites do próprio país ou cruzando mares e ares, da estadia num hotel, de fazer «vida de praia», e «**poder gozar férias**» também há diferença. Muitas pessoas há que, embora tendo férias do emprego, ou não têm companhia, ou se vêm na necessidade de permanecer durante esse tempo no mesmo lugar de sempre, a cuidar dos seus familiares (doente ou não), a arrumar em casa aquilo que não foi possível durante o ano, porque o tal «subsídio para férias» se transformou, em «subsídio para o essencial», que para mais não dá...

Quem tem, realmente, a possibilidade de fazer das suas férias um tempo de verdadeiro recreio, recebeu de Deus esse presente. Assim, logicamente, e de acordo com as mais elementares regras da boa educação e da justiça, deverá agradecer-Lhe, utilizando, para isso, alguma criatividade. Para os outros, Deus guardou o presente para mais tarde, e, segundo diz a nossa amiga ESPERANÇA, com a forma e a embalagem de valor eterno, que Ele considerar mais apropriada. Deus não se esquece dos Seus filhos. ■



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

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº1	4	Farinha Láctea (Cerelac)	32
Fraldas Nº3	7	Flocos Cereais / Mel	100
Fraldas Nº5 (Dodot)	3	Cereais/Corn Flakes	54
Fraldas Nº4	13	Atum	106
Fraldas Nº5	9	Salsichas	106
Fraldas Nº6	24	Tomate	2
Cuecas adultos S	2	Cogumelos	2
Fraldas adultos M	4	Massa	52
Cuecas adulto M	1	Esparguete	52
Fraldas adultos L	5	Arroz	52
Cuecas adulto L	4	Grão e Feijão	104
Toalhitas	44	Azeite	5
Oleo Johnson	1	Óleo	52
Shampoo + Gel	9	Leite c/choc. (200ml)	12
Dentifríco	42	Leite UHT Meio Gordo 1L	986
Papel Higiénico	21	Açúcar	52
Bolacha Maria/Torrada	45	Nescafé descafeinado	18
Aptamil/Nan-Nº 2	2	Chocolate em pó	1
Aptamil/Nan-Nº 3	3	Chá	2
Aptamil/Nan-Nº 4	6	Café	1
Aptamil/Nan-Nº 5	3	Chocapic	8
Fruta Pack 4 boiões	10	Leite magro 1L	12
Bolachas variadas	256	Leite S/Lactose 1L	36
		Congelados	104
	518		1951
Total de artigos doados:		2469	
Banco Alimentar:		991,2 Kg	





COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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



P. Jorge Doutor

Vamos iniciar a publicação neste jornal da recente Carta Apostólica “Desiderio Desideravi” do Santo Padre Francisco aos Bispos, Sacerdotes e Diáconos, aos homens e mulheres consagrados e aos leigos fiéis sobre a Formação Litúrgica do Povo de Deus, publicada em 29 de junho de 2022.

Eu ansiava pelo desejo de comer esta Páscoa convosco, antes de sofrer (Lc 22:15)

1. Meus queridos irmãos e irmãs,

Com esta carta desejo chegar a todos vocês – depois de ter escrito já apenas aos bispos após a publicação do Motu Proprio Traditionis custodes – e escrevo para compartilhar com vocês algumas reflexões sobre a liturgia, dimensão fundamental para a vida da Igreja. O tema é vasto e merece sempre uma consideração atenta em cada uma das suas vertentes. Ainda assim, com esta carta não pretendo tratar a questão de forma exaustiva.

Desejo simplesmente oferecer alguns estímulos ou pistas para reflexões que possam ajudar na contemplação da beleza e da verdade da celebração cristã.

A Liturgia: o “hoje” da história da salvação

2. “Desejei ardentemente comer esta páscoa convosco, antes de sofrer”. (Lc 22,15) Estas palavras de Jesus, com as quais se abre o relato da Última Ceia, são a fresta pela qual nos é dada a surpreendente possibilidade de intuir a profundidade do amor das pessoas da Santíssima Trindade por nós.

3. Pedro e João foram enviados para fazer os preparati-

vos para comer aquela Páscoa, mas, na verdade, toda a criação, toda a história – que finalmente estava prestes a se revelar como a história da salvação – foi uma enorme preparação para isso. Jantar. Pedro e os outros estão presentes naquela mesa, inconscientes e ainda assim necessários. Necessário porque todo dom, para ser dom, deve ter alguém disposto a recebê-lo. Neste caso, a desproporção entre a imensidão do dom e a pequenez de quem o recebe é infinita, e não pode deixar de nos surpreender. No entanto, pela misericórdia do Senhor, o dom é confiado aos Apóstolos para que seja leva-

do a cada homem e mulher.

4. Ninguém ganhou um lugar naquela Ceia. Todos foram convidados. Ou melhor dito: todos foram atraídos para lá pelo desejo ardente que Jesus tinha de comer aquela Páscoa com eles. Ele sabe que é o Cordeiro daquela ceia pascal; ele sabe que ele é a Páscoa. Esta é a novidade absoluta, a originalidade absoluta daquela Ceia, a única coisa verdadeiramente nova na história, que torna aquela Ceia única e por isso “a Última Ceia”, ir-repetível. No entanto, seu desejo infinito de restabelecer aquela comunhão conosco que era e continua sendo seu projeto original, não será sa-



tisfeito até que todo homem e mulher, de toda tribo, língua, povo e nação (Ap 5:9), tenha comido seu Corpo e bebido seu Sangue. E por isso essa mesma Ceia se fará presente na celebração da Eucaristia até que ele volte novamente.

IGREJA DA VÁRZEA – notícias sobre a obra

A Igreja da Várzea continua a crescer, já com os pilares de pé e a 2ª laje em formação. Já se começa a configurar a área da igreja, do salão (que é parte da própria igreja) e da capela mortuária.

No dia 17 de Julho realizou-se um almoço de angariação de fundos, na Sociedade Recreativa da Várzea, que resultou em cerca de 1600,00€ para a construção da igreja. Foi um convívio muito agradável, com bastante participação e animação musical. Temos a agradecer a todas as pessoas que de algum modo contribuíram com o seu trabalho ou géneros e também a todos

os que participaram no almoço. Foram também feitas algumas recordações alusivas à edificação da igreja, como ímans, canetas, sacos, portachaves, etc. que quem quiser ainda poderá adquirir.

Este almoço assinalou também os 5 anos que estamos na capela provisória, espaço cedido pela Chesmas, a quem muito agradecemos a cooperação com a Paróquia.

À empresa construtora, Miguel & Gaspar, foram pagos 81.180,00€ em Fevereiro, 11.438,23€ em Abril e 23.294,69€ em Junho. Neste mês de Julho iremos pagar mais quase 11.000,00€.



Esta 1ª fase custará 220.000,00€ +IVA.

Quem quiser contribuir para as obras poderá fazê-lo através do IBAN do BCP: PT50.0033.0000.0002202045

6.05 e solicitar-nos o respetivo recibo.

Com a ajuda de toda a Unidade Pastoral e de outras pessoas amigas havemos de concluir esta Igreja, há tantas

décadas desejada pelos fiéis desta zona da Paróquia de São Martinho que fica tão distante da igreja paroquial.

Prossegue o “caminho da inclusão na Igreja”, apesar de um ano “atípico”

O Serviço Pastoral a Pessoas com Deficiência do Patriarcado de Lisboa publicou o relatório de atividades do ano pastoral 2021/2022 e sublinhou a oportunidade que a Jornada Mundial da Juventude (JMJ) Lisboa 2023 pode constituir para esta pastoral.

Assumindo que o ano pastoral 2021/22, “ainda muito marcado pela pandemia e também pela guerra na Europa”, foi “um ano complicado para o trabalho com as pessoas com deficiência”, o Serviço Pastoral a Pessoas com Deficiência do Patriarcado de Lisboa mostra-se satisfeito pelo trabalho percorrido. “Sendo mais um ano atípico,

foi um ano de alguma ação no caminho da inclusão na Igreja. Mais um passo de um caminho que ainda se encontra no início, com fé e animados pelo Espírito”, salienta o documento, lembrando depois a oportunidade da JMJ Lisboa 2023 para esta pastoral. “Por outro lado, este ano já se sentiu a ‘pressa no ar’ da preparação do encontro com o

Papa na Jornada Mundial da Juventude em 2023. Esta preparação é um momento único na história da Igreja de Lisboa e que pode trazer muitos e bons frutos – de visibilidade das pessoas com deficiência, de criação de redes de suporte e oportunidades de verdadeira inclusão das pessoas com deficiência na Igreja”, desejam os responsáveis.

O Serviço Pastoral a Pessoas com Deficiência do Patriarcado de Lisboa, que tem Carmo Diniz como diretora, considera, por outro lado, que cresceu “no diálogo com mais paróquias relativamente ao ano pastoral anterior”. “Há ainda muito caminho a percorrer para alcançarmos uma plena inclusão das pessoas com deficiência na

Igreja de Lisboa”, lembram. O relatório organiza-se depois em três partes (1. Sensibilização da comunidade, para a inclusão das pessoas com deficiência; 2. Dinamização da vida em Igreja, das pessoas com deficiência; 3. Articulação com outras áreas pastorais).

Fonte: Site Patriarcado

O Diácono Joaquim Craveiro que ao longo de 11 anos serviu as nossas paróquias vai deixar-nos no início de Setembro.

Foi ordenado a 26 de junho de 2005, tinha 57 anos, foi proposto pela paróquia de Rio de Mouro, onde ficou cerca de 7 anos. Após a saída do Diácono João Jerónimo, a equipa pastoral ficaria reduzida e foi-lhe pedido para vir para Sintra. Na altura ficou surpreendido, mas disse que sim, uma vez que quando são ordenados, tal como os sacerdotes, prometem obediência; foi-lhe pedido pelo Patriarcado e veio. Ao início pensou que fossem dois ou três anos, mas passaram onze anos. Mais uma vez aceita, por obediência ao Bispo; está onde a Igreja lhe pede: “somos ordenados para a Igreja não para uma Paróquia”; onde o Bispo entende a necessidade da sua presença é aí que estará. Sendo diáconos permanentes, se forem casados, a regra principal é estarem perto da família.

A pressão para mudar foi feita pelo Pároco de Rio de Mouro, que pediu ao Bispo que o Diác. Craveiro voltasse para Rio de Mouro, por ter uma equipa pastoral reduzida. No entanto não era bem isto que queria, pois tinha dito muitas vezes que aos 75 anos pediria a renúncia paroquial, fazendo serviço na Vigararia onde fosse necessário. Este pedido de mudança de paróquia, agora, foi uma surpresa. No último Cruz Alta escreveu o artigo de Cristo Repartido, no sentido de estar disponível, mas tornou-se profético, pois, veio a tornar-se realidade poucos dias depois. A disponibilidade seria para a Vigararia e não para uma Paróquia e muito menos para regressar à Paróquia de Rio de Mouro.

Em jeito de despedida, o Cruz Alta esteve à conversa com o Diácono Craveiro.

Quais as recordações que leva de Sintra?

Por onde quer que passe levo sempre boas recordações, sobretudo das pessoas, o que mais nos toca e nos marca são de facto as pessoas e Sintra é "sui géneres", trata-se de uma unidade pastoral com diversas comunidades um tanto ao quanto opostas; há a zona urbana e as comunidades limítrofes que são totalmente opostas a meu ver, e tendo formação em sociologia, apesar de não ter exercido, vou sempre analisando as realidades e as pessoas por esse prisma, e de facto quando sabemos tirar proveito disso a diversidade enriquece. Sinto que ao fim de 11 anos vou mais rico do que quando cheguei; não existem comunidades iguais. Levo ótimas recordações de toda a gente, sem exceção. É claro que não foi tudo, tudo bom, mas faz parte da vida humana, e as coisas menos boas são para ficar no caixote de lixo, como gosto de dizer; para recordar ficam as coisas boas, as menos boas são para nos corrigirmos, se houver algo a corrigir. É claro que levo saudades das pessoas!

O que mais lhe agradou na nossa UPS?

O que mais me agradou foram as pessoas e a sua diversidade. Sou muito comunicativo, sou muito rigoroso na forma de falar com as pessoas, às vezes custa e posso ser um pouco exagerado mas o que tenho a dizer digo, desabafo, fica dito e não guardo rancor pois considero que não é humano. Sou direto, não gosto de meias verdades e nesse aspeto sigo o evangelho: “sim, sim, não, não”.

Como concilia o ministério com a vida pessoal?

Da minha parte é fácil, tenho uma agenda com todos os compromissos, dou-a sempre a conhecer à minha esposa e ela está sempre disponível. As esposas assinam um documento em como dão liberdade de atuação aos maridos; quando fui ordenado já estava reformado e por isso entreguei-me a 100%. Às vezes há um pouco de atrito, quando se retira disponibilidade à família, sobretudo quando tem de se sujeitar às alterações de compromissos que surgem. Tenho a sua compreensão uma vez que já lá vão 17 anos. As mulheres dos diáconos não estão preparadas para isto, ao longo da nossa preparação/formação elas deviam estar mais presentes, só lhes é pedido a dispensa do marido para a Igreja e por vezes não recebem uma contrapartida, de carinho e de aceitação.

Quer deixar uma mensagem aos nossos leitores e a toda a UPS?

Saio profundamente grato, digo isto com todo o carinho, vou mais rico, agradeço à UPS e suas comunidades por me terem acolhido e acarinhado, senti-me sempre verdadeiramente em casa. O que mais me realiza é o carinho das pessoas, é ser reconhecido como Diácono porque me sinto responsável e é sinal de que deixei marca.

Termino com uma frase que me tem acompanhado a vida inteira: “deixa rasto e compara-te ao rasto que deixas”.

A equipa do Cruz Alta agradece a sua disponibilidade e colaboração ao longo destes anos e deseja-lhe as maiores felicidades no campo pessoal e como Diácono, servindo a Deus e à Igreja.



Irmãs Doroteias, há 75 anos no Linhó!

Celebração de ação de graças na Eucaristia de domingo, dia 7 de agosto, às 11.45h.



Narra a história das Irmãs Doroteias que a senhora Condessa de Cuba, D. Maria Francisca Borges Coutinho de Medeiros Sousa Dias da Câmara, por disposição testamentária, doou às Irmãs Doroteias, em 1945, uma grande quinta – a Quinta da Fonte – no Linhó, bem como outras propriedades em toda a zona envolvente. Esta quinta tinha uma grande casa com capela anexa.

Os mais velhos ainda mantinham uma leve ideia da presença das Doroteias na Penha Longa, bem como uma feliz lembrança da atividade das Irmãs em toda a zona de Sintra, durante a sua permanência na Gandarinha.

Ao longo de dois anos, foi-se preparando a casa e a quinta com Irmãs que vinham de Lisboa.

Só a 3 de agosto de 1947, foi possível as Irmãs ficarem a viver na casa de forma permanente. E é a 5 desse mês que se celebra a primeira Eucaristia!

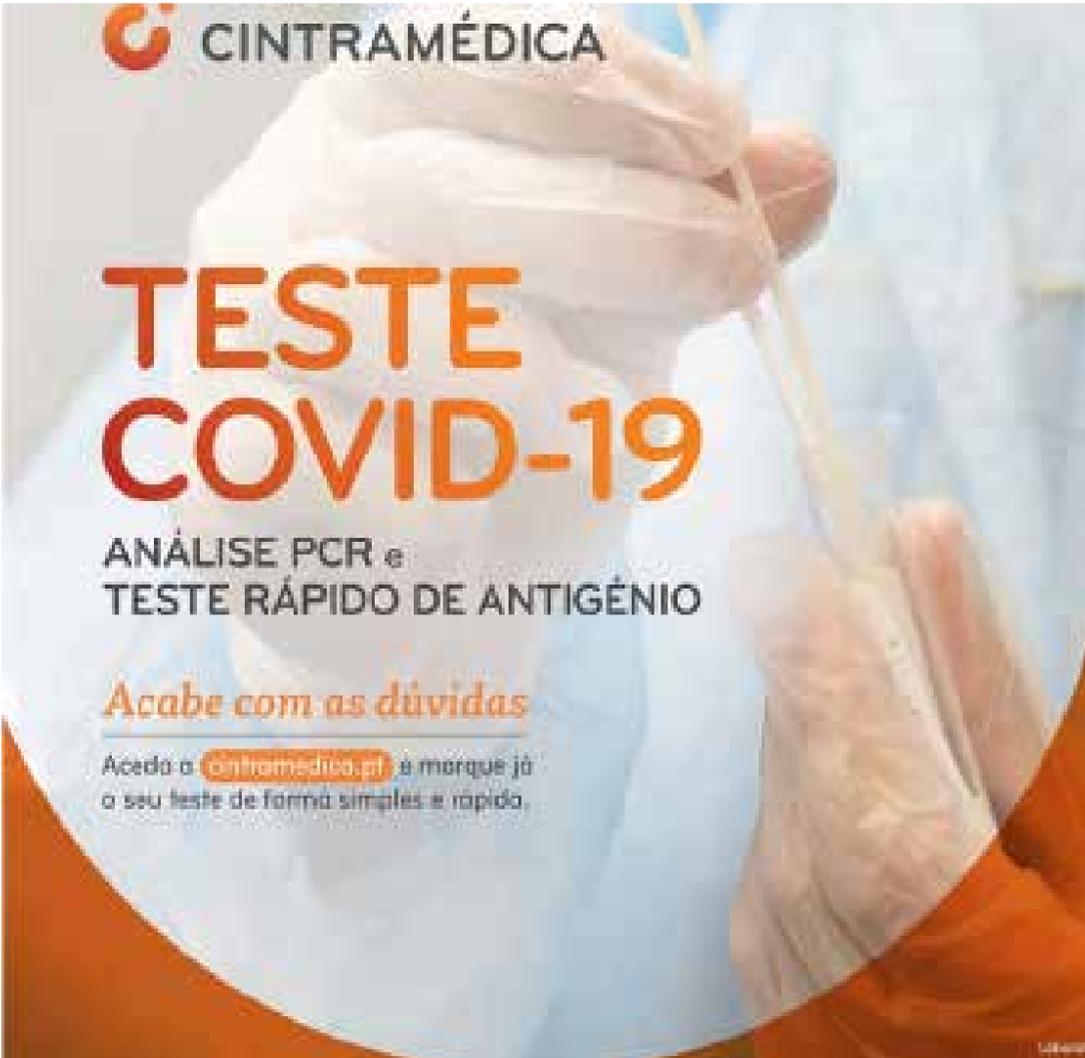
A 8 de agosto inicia-se a catequese, e a 9, abrem aulas de costura, doutrina e canto coral.

Com a colaboração das crianças e de grande parte da população do Linhó, celebra-se a 15 de agosto a festa de Nossa Senhora da Assunção. Igual dinâmica se imprime à festa do Sagrado Coração de Maria, bem como, pouco depois, à festa da Imaculada Conceição. Com esta solenidade se dava cumprimento a uma das cláusulas da doação que pedia que as Irmãs continuassem, tal como acontecia tradicionalmente, no último domingo de agosto.

E a vida foi crescendo: ampliação da Casa e Capela, chegada do Noviciado, vários apoios sociais à população, Coleginho, Telescola, Jardim de Infância, Casa de Retiros...

É por toda a vida que foi crescendo e multiplicando-se que queremos dar graças, no dia 7 e ao longo do ano, para que a celebração grata da memória nos ajude a todos – Irmãs e todos os que se sentem parte e construtores desta Comunidade – a dar mais vida ao que Deus quer de nós, hoje, no Linhó.

ir. Lúcia Soares



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.



MARCAÇÃO ONLINE

CINTRAMÉDICA

Laboratório de Análises Clínicas – Cintramedica, L. – Sintra – Tel: 219 300 300 000 – Licença de Funcionamento 7760/2019



HISTÓRIA DE VIDA: Alexandrina Malfeito

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Alexandrina Batista Raposo Malfeito, nasceu em Muge, concelho de Salvaterra de Magos, no ano de 1930. O pai era carteiro e a mãe vendia peixe numa banca do mercado em Muge. Tiveram apenas dois filhos, sendo Alexandrina mais velha 14 anos que o irmão. Quando chegou a idade da escola foram morar para Benfica do Ribatejo, mas depois de terminar a 4ª classe voltaram para Muge.

Alexandrina casou aos 16 anos, com licença dos pais, com Manuel Joaquim Cadete da Costa Malfeito, que era proprietário de terrenos e trabalhava na produção de vinho. Ele era um católico muito piedoso, porque estava muito ligado à capela de Muge, onde um tio tinha morrido esmagado, ao colocar a pedra do altar, aquando de um grande restauro promovido pela Srª Duquesa do Cadaval. Alexandrina teve as primeiras catequeses dadas pela Srª Duquesa, já idosa, na capela da Casa Cadaval.

Quando Alexandrina tinha 34 anos, o marido foi convidado a vir trabalhar para Sintra, como motorista numa quinta no Carrascal, propriedade da Srª Isabel Elliot. Mas 2 anos depois a senhora en-

viuvou, foi para o Brasil, e iam ficar desempregados. Alguém lhes disse que na Quinta da Ribafria, do Dr. Jorge de Mello, precisavam de um casal, mas não sabendo como chegar a eles porque a Quinta estava sempre fechada, lembraram-se de ir lá à Missa, porque era o único dia em que estava aberta à população. Como não havia sacristão, o marido da Alexandrina ofereceu-se para ajudar o padre salesiano que lá celebrava Missa todas as semanas e isso serviu de cartão-de-visita para depois se apresentarem à governanta e à D. Eugénia de Mello, que não mostrou reservas em aceitá-los como funcionários, em Dezembro de 1973. Ainda estiveram no jantar de final de ano que a família realizava na Quinta e junta-va mais de 200 pessoas.

A D. Eugénia repartia muito com os funcionários e com os pobres. O Dr. Jorge também gostava de ajudar o povo aqui à volta e ajudou, por exemplo, a construir as instalações da Sociedade Recreativa da Várzea.

A Quinta tinha muitos funcionários, à volta de 17, mas eram externos ou moravam na Quinta de Santo Amaro, do outro lado da Es-

trada da Várzea, que estava arrendada à família Mello. Alexandrina e o marido, e outro casal, eram os únicos que pernoitavam na Quinta, morando inicialmente na casa que fica logo à entrada e algum tempo depois numa habitação junto do palácio. O Dr. Jorge tinha também o Casal de São Martinho, que pegava com a Quinta, com vinha e adega, e que servia de atalho para os funcionários irem a Sintra.

Tudo correu bem até ao 25 de Abril de 1974, em que um general avisou o Dr. Jorge do que se estava a passar e num de repente tomou a decisão de fretar um avião e ir com a família e cunhados (Champalimaud, etc.) para a Suíça. Tiveram que embalar tudo o que puderam em poucas horas e sair.

Alexandrina ainda foi viver com eles alguns meses na Suíça.

Quando as coisas acalmaram um pouco o Dr. Jorge voltou a Portugal, mas nacionalizaram o Banco e ele foi preso durante alguns dias. Depois comprou uma quinta na Abuxarda e lá viveu o resto da vida. Só voltou à Ribafria, muito emocionado, no dia em que a vendeu. A D. Eugénia quando voltou da Suíça foi habitar numa vivenda em Cas-

cais. Alexandrina ficou muito ligada à família e ainda comunica com algumas filhas (o casal Mello teve 6 filhas e 3 filhos).

Alexandrina e o marido ficaram na Quinta e tiveram que enfrentar alguns funcionários alentejanos que queriam ocupar o palácio, mas veio um primo do Dr. Jorge, D. Gonçalo da Câmara, da Quinta do Peral no Alentejo que tinha sido ocupada, administrar a Quinta da Ribafria que nunca chegou a ser ocupada, embora durante a noite roubassem e estragassem muita coisa. Uns 4 anos depois veio um genro do Dr. Jorge administrar a Quinta, e foi posta à venda, mas apesar de serem muitos os interessados que a visitaram, esteve 16 anos nessa situação, até que uma fundação que se chamava algo parecido com Fundo Internacional de Desenvolvimento Cultural, ligada ao SPD alemão a comprou, mas em nome do PSD português. Essa fundação transformou a casa numa espécie de hotel onde dava cursos de formação política, com duração de 15 dias, a pessoas vindas de todo o mundo (chegaram a estar pessoas de 36 países).

O marido de Alexandrina morreu ainda na Quinta, com um cancro no pâncreas que o levou em menos de 2 meses, e ela ficou lá ainda 3 anos sozinha. Aos 70 anos reformou-se e foi morar para Cabriz, numa casa que herdou e restaurou, mas ia à Quinta de vez em quando, sobretudo quando era alugada para filmagens de cinema. Ao todo Alexandrina trabalhou na Ribafria durante 24 anos.

Mais tarde a Quinta foi vendida através de um advogado conhecido da praça pública, que com uma procuração fez uma aldrabice e a vendeu duas vezes, o que deixou a propriedade num longo impasse, até que a Câmara Municipal a comprou, usando do direito de preferência.

Alexandrina já não gosta de lá ir porque o palácio por dentro está



todo cheio de bolor e isso deixa-a perturbada.

Alexandrina e Manuel Malfeito tiveram 3 filhos rapazes que nasceram ainda quando viviam em Muge. O mais velho, o Augusto, 4 anos depois o José e mais 10 anos depois o Manuel. Para Sintra só veio o Manuel, a meio do 1º ano do liceu, porque o Augusto já tinha casado e o José estava na tropa em Angola. O Augusto, entretanto, emigrou para a Alemanha e depois para Espanha. Infelizmente já morreram os dois mais velhos e agora só tem o Manuel que é proprietário de um café em Sintra. Mas tem também 5 netos e 5 bisnetos (a mais velha já com 16 anos).

Alexandrina teve uma vida de trabalho, e sente que hoje em dia os mais novos não se sujeitam como eles naqueles tempos antigos, estão habitados a vidas mais fáceis.

Alexandrina e o marido foram sempre católicos praticantes e quando deixou a Quinta passou a vir à Missa a São Miguel, para onde costumava oferecer figos para venderem no café da igreja. Agora com mais dificuldade em deslocar-se vai à Missa com uma vizinha à capela da Várzea.

FESTA DE SÃO MIGUEL E DESPEDIDA DO DIÁC. CRAVEIRO – 2 de Outubro

O dia de São Miguel este ano calha numa quinta-feira, pelo que iremos celebrá-lo no domingo seguinte, dia 2 de Outubro.

É importante celebrarmos o padroeiro das Paróquias. Quando não é possível fazer grandes festejos, pelo menos fazer uma liturgia festiva e um convívio.

A Covid19 veio interromper os festejos populares que havíamos iniciado alguns anos antes. Pode ser que no próximo ano já se possam recomeçar.

Como o nosso Diác. Joaquim Craveiro foi nomeado para a Paróquia de Rio de Mouro, vamos fazer a despedida e agradecimento pelo seu serviço à Unidade Pastoral de Sintra também nesse dia. Vai voltar à Paróquia que o propôs, depois de 11 anos destacado para as nossas paróquias. Foi um fiel colaborador nas celebrações dominicais, foram muitos os batismos, casamentos e funerais que realizou, de paroquianos e de fiéis vindos de outras paróquias. Colaborou também na formação de adultos e na preparação dos pais para o Batismo dos filhos. Foi também colaborador deste Jornal Cruz Alta, entre outras coisas.... Vai fazer-nos falta, mas temos que respeitar a sua vontade e a decisão do nosso Bispo. Desejamos-lhe a continuação de um bom trabalho pastoral na sua antiga paróquia e será sempre bem-vindo a Sintra.

Está pensado um almoço que além de assinalar o Dia de São Miguel será também de despedida do Diác. Craveiro, no Salão da Igreja de São Miguel, que ficará a cargo do Grupo Janela, para o qual quem quiser poderá inscrever-se no Cartório.



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

A Areia

Dois amigos viajavam pelo deserto. Num determinado ponto da viagem, sentaram-se e um deles, começou a discutir e deu uma bofetada ao companheiro.

O outro, ofendido, sem nada dizer, escreveu na areia: "Hoje o meu melhor amigo bateu-me no rosto".

Levantaram-se e continuaram a caminhada. Chegaram a um oásis e resolveram tomar banho.

O que tinha sido esbofetado começou a afogar-se, sendo salvo pelo amigo.

Ao sair da água pegou num estilete e escreveu numa pedra: "Hoje o meu melhor amigo salvou-me a vida".

Intrigado, o amigo perguntou:

-Porque é que, depois de eu te bater, escreveste na areia e agora escreveste na rocha?

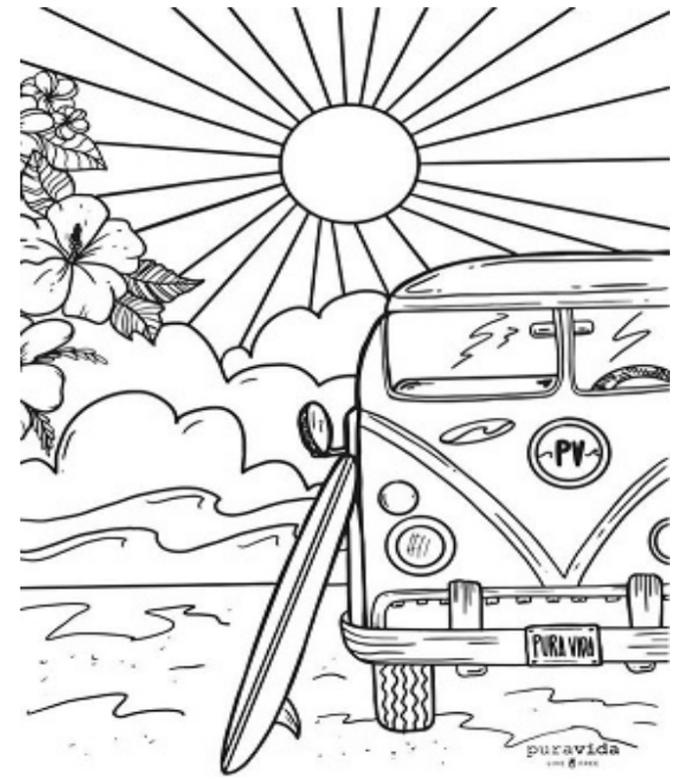
Sorrindo, o outro amigo respondeu:

-Quando um grande amigo nos ofende, devemos escrever na areia, onde o vento do esquecimento e do perdão se encarregam de tudo apagar. Porém, quando nos faz algo de grandioso, devemos gravar nas pedras da memória do coração, onde vento algum do mundo poderá apagar

Não é nada fácil apagar do coração as ofensas recebidas e gravar nele o que nos fizeram de bom. É um desafio feito a todos os que já perceberam que a amizade sincera faz de nós pessoas humanas de qualidade.

"Pequenas histórias para saborear" Edições Salesianas

Imagem para colorir



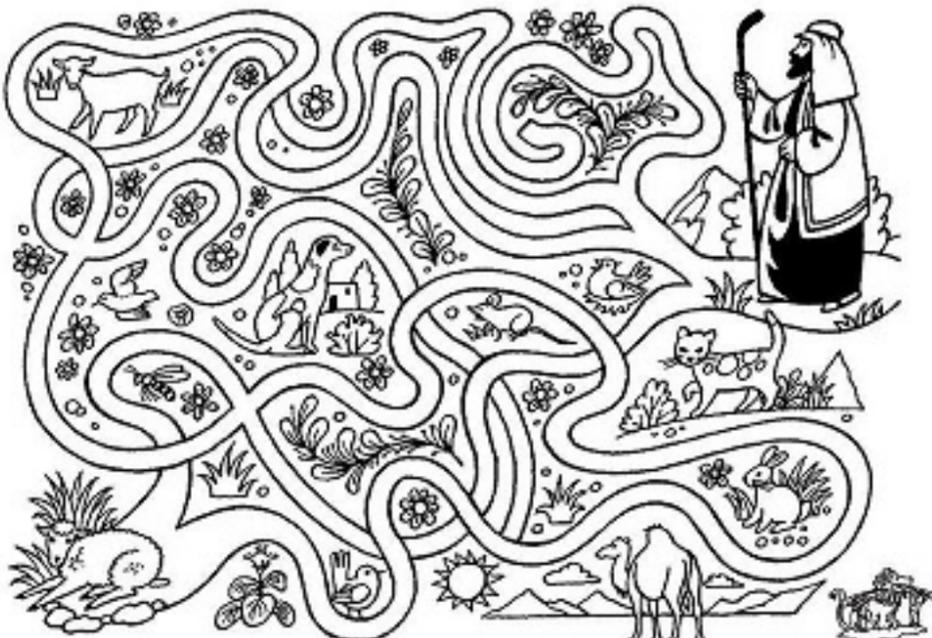
Descobre as 7 diferenças



Matemática

		$30 - \square = 10$	$\square \div \square = \square$	$\square - \square = \square$
		$5 + \square = 9$	$\square \div \square = \square$	$\square = \square$
		$18 \div 2 = \square$	$20 - 4 = \square$	$\square \times 6 = \square$
		$\square = \square$	$2 \times 7 = \square$	$3 + 15 = \square$
		$\square = \square$	$\square = \square$	$\square \times \square = \square$
		$27 \div 3 = 9$	$4 + \square = \square$	$\square = \square$
		$\square = \square$	$\square = \square$	$\square \div 3 = \square$
		$\square \times \square = 0$		

Labirinto



Sudoku - Puzzle

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

Inscrições para a Catequese: 4 a 18 de Setembro 2022

Prevê-se que a Catequese inicie na semana de 24 e 25 de Setembro, com encontro de apresentação no dia a combinar para cada grupo, e a celebração festiva, na Missa de cada Centro

Todas as crianças e adolescentes devem preencher uma pequena ficha de inscrição para a Catequese, junto dos catequistas ou no Cartório.

Os catequistas de cada grupo serão anunciados na segunda quinzena de Setembro. É natural que a organização deste ano de Catequese obrigue a algumas mudanças de catequistas.

Os pais poderão inscrever os filhos em qualquer Centro de Catequese da Unidade Pastoral de Sintra, conforme o horário que mais lhes convier. Temos alguns Centros que não têm todos os anos de catequese por falta de inscrições.

Os catecismos poderão ser adquiridos no Cartório da Igreja de São Miguel.

Em Sintra há muitas crianças que nunca frequentaram a Catequese. Cada cristão deverá fazer apostolado junto das famílias que conhece com crianças, incentivando-as a inscrever os filhos na Catequese.



Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores

Recta da Granja, Lote 6
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.com

Intenções do Papa

Ago./Set. 2022

Agosto

Pelos pequenos e médios empreendedores

Para que os pequenos e médios empreendedores, atingidos fortemente pela crise económica e social, encontrem os meios necessários para prosseguir com a própria atividade, ao serviço das comunidades onde vivem.



Setembro

PELA ABOLIÇÃO DA PENA DE MORTE

Para que a pena de morte, que atenta contra a inviolabilidade e a dignidade da pessoa, seja abolida nas leis de todos os países do mundo.



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 - Agosto/Setembro 2022 - Ano C

	Dia 14 Ago.	Dia 15 Ago.	Dia 21 Ago.	Dia 28 Ago.	Dia 4 Set.	Dia 11 Set.	Dia 18 Set.	Dia 25 Set.
	20.º DOM. TC	ASSUNÇÃO N. SR.ª	21.º DOM. TC	22.º Dom. TC	23.º Dom. TC	24.º Dom. TC	25.º Dom. TC	26.º Dom. TC
Leitura I	Jer 38, 4-6.8-10	Ap 11,19a;12,1-6a.10ab	Is 66, 18-21	Sir 3, 19-21.30-31	Sab 9, 13-19	Ex 32, 7-11.13-14	Am 8, 4-7	Am 6, 1a.4-7
	«Geraste-me como homem de discórdia para toda a terra»	«Apareceu no Céu um sinal grandioso»	«De todas as nações não-de reconduzir os vossos irmãos»	«Humilha-te e encontrarás graça diante do Senhor»	«Quem pode sondar as intenções do Senhor»	«O Senhor desistiu do mal com que tinha ameaçado o seu povo»	«Contra aqueles que "possuem dinheiro alheio"»	«Agora acabará o bando dos voluptuosos»
Salmo	39, 2.3.4.18	44, 10.11.12.16	116, 1.2	67, 4-7ab.10-11	89, 3-6.12-14.17	50, 3-4.12-13.17.19	112, 1-2.4-6.7-8	145, 7-10
	"Senhor, socorrei-me sem demora."	"À vossa direita, Senhor, está a Rainha do Céu."	"Ide por todo o mundo, anunciai a boa nova"	"Na vossa bondade, Senhor, preparastes uma casa para o pobre"	Senhor, tendes sido o nosso refúgio através das gerações	Vou partir e vou ter com meu pai	Louvai o Senhor, que levanta os fracos	Ó minha alma, louva o Senhor
Leitura II	Hebr 12, 1-4	Cor 1, 15,20-27	Hebr 12, 5-7.11-13	Hebr 12, 18-19.22-24a	II Flm 9b-10.12-17	1 Tim 1, 12-17	1 Tim 2, 1-8	1 Tim 6, 11-16
	«Corramos perseverantes para o combate presente diante de nós»	«Por Ele e para Ele tudo foi criado»	«O Senhor corrige aquele que ama»	«Aproximastes-vos do monte Sião, da cidade do Deus vivo»	«Se me consideras teu amigo, recebe-o como a mim»	«Cristo veio salvar os pecadores»	«Façam-se preces por todos os homens a Deus, que quer salvar»	«Guarda este mandamento, até à aparição do Senhor»
Evangelho	Lc 12, 49-53	Lc 1,39-56	Lc 13, 22-30	Lc 14, 1.7-14	Lc 14, 25-33	Lc 15, 1-32	Lc 16, 10-13	Lc 16, 19-31
	«Não vim trazer a paz, mas a desunião»	«Magnificat»	«Hão-de vir do Oriente e do Ocidente e sentar-se-ão à mesa no reino de Deus»	«Quem se exalta será humilhado»	«Quem não renunciar a todos os seus bens não pode ser meu discípulo»	«Haverá alegria entre os Anjos de Deus por um só pecador que se arrependa»	«Não podeis servir a Deus e ao dinheiro»	«Recebeste os teus bens em vida e Lázaro apenas os males. Agora ele encontra-se aqui»

Serviço Pastoral e Litúrgico de Agosto/Setembro 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.

AGOSTO

Dia 1 – 2.ª-feira – St. Afonso Maria Ligório

Dia 4 – Quinta-feira - S. João Maria Vianney

Dia 5 – Sexta-feira da semana XVIII

Aniversário P. Joaquim Inácio
09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel

Dia 6 – Sábado – Transfiguração do Senhor
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos p/Batismo

Dia 7 – Domingo XIX do Tempo Comum

Dia 8 – Segunda-feira – S. Domingos
Campo de Férias do Grupo de Jovens (8-13)
Dia 9 – Terça-feira - Sta. Teresa B. da Cruz

Dia 10 – Quarta-feira - S. Lourenço

Dia 11 – Quinta-feira - Sta. Clara
Solenidade nas Clarissas em Sintra

Dia 14 – Domingo XX do Tempo Comum
Não há Missa Vespertina da Assunção, em S. Miguel

Dia 15 – 2.ª-feira – ASSUNÇÃO V. MARIA
Não há Missa em Janas às 9h
09.00h Missa na Abrunheira
10.15h Missa em São Pedro, Várzea e Lourel
11.30h Missa em S. Miguel
11.45h no Linhó
12.00 Missa no Ramalhão
15.00h Missa em JANAS seguida de Procissão
16.30h Missa em Galamares
16.30h Cel. da Assunção em Manique de Cima
19.15h Missa em S. Martinho

Dia 17 – 4.ª-feira- S. Beatriz e S. Mamede
Não há Missa em Janas às 9h
15.00h Missa da FESTA DE S. MAMEDE EM JANAS, seguida de bênção dos animais

Dia 20 – Sábado - S. Bernardo
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos p/Batismo

Dia 21 – Domingo XXI do Tempo Comum

Dia 22 – 2.ª-feira – Virgem S. Maria, Rainha

Dia 23 – Terça-feira da semana XXI
15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira

Dia 24 – Quarta-feira - S. Bartolomeu

Dia 25 – Quinta-feira da semana XXI
15.00h Missa no Lar Asas TAP

Dia 27 – Sábado – Sta. Mónica

Dia 28 – Domingo XXII do Tempo Comum
15.30h Missa e Festa - LINHÓ, segue-se Procissão

Dia 29 – 2.ª-feira – Martírio S. João Baptista

SETEMBRO

Dia 2 – Sexta-feira da semana XXII
09.30h Expo. SSmo., em S. Miguel

Dia 3 – Sábado – S. Gregório Magno

Dia 4 – Domingo XXIII do Tempo Comum

Dia 7 – Quarta-feira da semana XXIII
21.30h Ulteira em Cascais

Dia 8 – 5.ª-feira – Nat. Virgem Santa Maria
15.00h Celebração no Lar Asas TAP

Dia 11 – Domingo XXIV do Tempo Comum

Dia 13 – Terça-feira - S. João Crisóstomo

15.00h Missa no Lar do Oitão

Dia 14 – 4.ª-feira - Exaltação da Santa Cruz

Dia 15 – Quinta-feira – Nª Sra. das Dores

Dia 16 – 6.ª-feira - S. Cornélio e S. Cipriano
19.00h Missa da FESTA de SANTA EUFÉMIA

Dia 17 – Sábado da semana XXIV
21.30h Reunião de Pais e Padrinhos p/Batismo

Dia 18 – Domingo XXV do Tempo Comum

Dia 20 – 3.ª-feira - SS. André Taegon e comp.
Atividade do clero da Vigararia

Dia 21 – Quarta-feira - S. Mateus
Atividade do clero da Vigararia

Dia 22 – Quinta-feira da semana XXV
15.00h Missa no Lar Asas TAP
16.00h Adoração do SSmo. – RCC
21.00h Reunião Secretariado Perm. C. Pastoral

Dia 23 – Sexta-feira da semana XXV
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

Dia 24 – Sábado da semana XXV
Formação SayYes na vig. de Sintra (9h-17h)
INÍCIO DA CATEQUESE

Dia 25 – Domingo XXVI do Tempo Comum

Dia 27 – Terça-feira - S. Vicente de Paulo
15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira

Dia 28 – Quarta-feira

Dia 29 – Quinta-feira - Arc. Miguel, Gabriel e Rafael

Dia 30 – Sexta-feira - S. Jerónimo
21.15h Encontro do Grupo de Jovens da UPS

OUTUBRO:

13 Peregrinação a Fátima da UPS
29 Peregrinação a Fátima da Catequese



Notícias dos Vicentinos

Hermínia Dionísio



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

Actividades da Conferência de S. Pedro – Sintra Ano Pastoral 2021/2022

“A vocação dos membros da Sociedade S. Vicente de Paulo, chamados vicentinos, é seguir Jesus Cristo servindo aqueles que precisam e, desta forma, dar testemunho do seu amor libertador, cheio de ternura e compaixão.

Nenhuma forma de caridade é estranha à Sociedade. A sua acção abrange qualquer forma de ajuda, tendo em vista aliviar o sofrimento ou a miséria e promover a dignidade e integridade do homem em todas as suas dimensões” (Regra da SSVV)

Seguindo este princípio, a Conferência de S. Pedro tem diversas valências: alimentos, medicamentos, vestuário e calçado, pagamento de despesas domésticas, acompanhamento de pessoas, visitas domiciliárias... momentos de oração e reflexão sobre documentos da igreja.

Ao longo deste ano pastoral, os vicentinos de S. Pedro apoiaram mensalmente

com cabazes alimentares 51 famílias que correspondem a 126 pessoas, das quais 84 são adultos e 42 são crianças. Para além destas famílias, desde maio apoiam semanalmente 3 famílias ucranianas: 3 adultas e 3 crianças. Têm ajudado, também, as irmãs Clarissas de Monte Santos.

Em farmácia, apoiaram com cartão abem 34 famílias que corresponde a 64 pessoas, 56 adultos e 8 crianças e, ainda, mais 22 pessoas em medicamentos não comparticipados pelo SNS (o cartão abem só paga os medicamentos comparticipados pelo SNS, a associação Dignidade paga 80% e a Conferência os restantes 20%), ou seja, nesta data, a conferência apoia em farmácia 81 pessoas.

Pagou ainda algumas despesas domés-

ticas como: água, electricidade, renda de casa, IMI..., óculos ...

Tudo isto só foi possível graças à colaboração de toda a comunidade paroquial. Os nossos agradecimentos a todas as pessoas que contribuíram, de forma tão generosa, nos peditórios do primeiro domingo de cada mês, no fi

pecial, aos adolescentes, pais e catequista do 6º volume de S. Miguel que, ao longo do ano, foram recolhendo e entregando alimentos na conferência.

Um agradecimento, também, à Câmara Municipal de Sintra e à União das Freguesias de Sintra, que nos ajudaram a judar com os seus pro

gumas pessoas com limitação de mobilidade e que vivem sozinhas. Fizeram também várias visitas domiciliárias a famílias que auxiliam.

Os vicentinos de S. Pedro participaram na peregrinação nacional da SSVV, no terço vicentino e nos seminários sobre a Encíclica Fratelli Tutti, organizados pelo Conselho de Zona de Queluz da SSVV.

Fizeram as suas reuniões quinzenais.

Participaram ainda, em reuniões com outras instituições de acção social na área da União das Freguesias de Sintra.

Nesta ocasião, a Conferência de S. Pedro de Sintra deseja a todos umas férias retemperadoras, com saúde e paz.



nal das missas; aos nossos benfeitores que nos ajudaram com donativos; ao gota-a-gota, pela partilha; à catequese, um agradecimento, muito es-

gramas de apoio.

Os vicentinos, ao longo do ano pastoral que em breve termina, acompanharam ao médico e a outros serviços al-

Oração cristã ecuménica

Deus nosso, Trindade de amor,
A partir da poderosa comunhão da vossa
Intimidade divina,
Infundi no meio de nós o rio do amor fraterno.
Dai-nos o amor que transparecia nos gestos
De Jesus,
Na sua família de Nazaré e na primeira
Comunidade cristã.
Concedei-nos, a nós cristãos,
Que vivamos o Evangelho
e reconhecamos Cristo em cada ser humano,

para o vermos crucificado nas angústias dos
abandonados
e dos esquecidos deste mundo
e ressuscitado em cada irmão que se levanta.

Vinde, Espírito Santo!
Mostrai-nos a vossa beleza
Refletida em todos os povos da Terra,
Para descobrirmos que todos são importantes,
Que todos são necessários, que são rostos diferentes
Da mesma Humanidade amada por Deus. Amen

Papa Francisco

Produtos distribuídos no segundo trimestre pela Conferência de S. Vicente de Paulo - S. Pedro - Sintra

	Leite (pacote)	Azeite (garrafa l)	Óleo (garrafa l)	Atum (lata)	Salsichas (lata)	Leguminosas (lata)	Arroz (pacote)	Massas (pacote)	Frangos (unidade)	Peixe (Kg)	Ovos (dúzia)
Banco Alimentar	328	28	5	262	80	103	199	84	51	0	0
Compras conferência	887	126	0	183	334	281	77	91	0	58	159
Total	1215	154	5	445	414	384	276	175	51	58	159

Para além destes produtos, são distribuídos os considerados frescos (fruta da época e hortícolas), doados pelo banco alimentar. Também bolachas, sumos, artigos de higiene, detergentes e outros, igualmente doados pelo banco alimentar.

CUIDADOS A TER COM O CALOR



Com a subida da temperatura o INEM relembra que a exposição ao calor intenso pode ter efeitos negativos na saúde, como a desidratação e outras complicações que podem ser evitadas. As crianças, os doentes crónicos e as pessoas idosas são particularmente vulneráveis.

A reação de cada pessoa à temperatura e os seus efeitos na saúde podem ser diferentes, podendo variar de um ligeiro rubor, edema, síncope, câibras e exaustão por calor, até ao golpe de calor.

Para proteger a sua saúde é fundamental estar informado e seguir as seguintes recomendações:

- Mantenha-se hidratado
- Mantenha-se protegido do calor
- Mantenha a casa fresca
- Mantenha-se atento e proteja-se se tiver algum problema de saúde
- Mantenha-se informado relativamente às condições climáticas para poder adotar os cuidados necessários
- Conheça os sinais/sintomas da desidratação, golpe de calor e outras complicações. Em caso de emergência ligue 112
- Tenha especial atenção, entre outros, com os doentes crónicos, crianças, idosos e pessoas com mobilidade reduzida
- Evite estar em zonas de poluição elevada uma vez que as temperaturas elevadas e a poluição do ar estão, muitas vezes, associadas
- Sempre que trabalhar ou tiver alguma atividade no exterior faça-o acompanhado porque em situações de calor extremo poderá ficar confuso ou perder a consciência
- Não deixe animais de estimação no carro “estacionado”, pois eles também podem desenvolver doenças relacionadas com o calor
- Sempre que necessário procure locais climatizados

Tenha atenção às recomendações das Autoridades competentes e caso seja necessário contacte o SNS 24 – 808 24 24 24.

Em caso de emergência, ligue o Número Europeu de Emergência – 112.

EMRC

Educar para a Alegria



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

S. Pedro Claver "O Servo dos Escravos!"

Pedro Claver nasceu em 1580 em Espanha. Aos vinte e dois anos, ainda sem futuro religioso em vista, Pedro estudou filosofia em Palma de Maiorca num colégio Jesuíta. Pedro sentiu-se cativado por Jesus por influência do Irmão Afonso, o porteiro do colégio, a quem o povo reconhecia santidade. Na altura, Pedro sentiu-se chamado por Deus a ser missionário no Novo Mundo e quando a oportunidade lhe bateu à porta, sem hesitar, aceitou participar nas missões. Em 1610 Pedro foi enviado para a Colombia e em 1616 foi enviado para Cartagena onde foi ordenado e onde passou o resto da sua vida ao serviço de Deus.

Cartagena, naquela época, era um dos dois portos espanhóis autorizados a receber os escravos vindos de África. Naquela época os negros não eram considerados humanos

pela sociedade, mas Pedro colocava em prática o que aprendera no colégio com o Irmão Afonso: "Procura Deus nos Homens e serve-os à Sua imagem!". Pedro sentia uma enorme compaixão por estas pessoas e a sua vida foi colocada ao serviço dos escravos.

Durante quarenta anos Pedro batizou mais de trezentas mil pessoas, ouviu as confissões de mais de cinco mil escravos por ano, alimentava-os quando chegavam ao porto, cuidava-lhes das feridas, lavava-os, falava-lhes de Deus, Pedro fazia tudo o que podia para lhes atenuar todo o sofrimento pelo qual passavam.

Pedro morreu em 1654, com 73 anos, vítima da peste. Foi canonizado pelo Papa Leão XIII que considerou Pedro o santo que mais se aproximou de Cristo; além disso Pedro é considerado um exemplo



heróico da forma como se deve comportar um cristão, um exemplo de amor e um exemplo no exercício dos direitos humanos.

Na Colombia no dia 9 de Setembro celebra-se o Dia Nacional dos Direitos Humanos em homenagem a S. Pedro Claver, o servo dos escravos!

Festa de São Mamede em Janas



No dia 17 de Agosto como sempre, voltaremos a ter a Festa litúrgica de São Mamede em Janas, com a celebração da Eucaristia, às 15.30h, seguida da tradicional bênção dos animais.

A Procissão será no dia 15 de Agosto, depois da Eucaristia que está marcada para as 15.00h.

No Domingo dia 14 a Missa será às 09.00h.

Mas os festejos começam no dia 12 com a tradicional feira em volta da igreja, mais uma vez em parceria com o Futebol Clube de Janas, e vão até dia 21.

Das romagens faz também parte a colocação das fitas de São Mamede, o acender de velas e oferta de ex-votos em cera, que vêm de longa tradição, e que são atos típicos dos santuários.

A Equipa de Coordenação Pastoral de Janas está a preparar a Igreja e tudo o mais para receber as pessoas por ocasião das festas.



À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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



No mês anterior a fotografia publicada era de uma fonte na Penha Longa



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