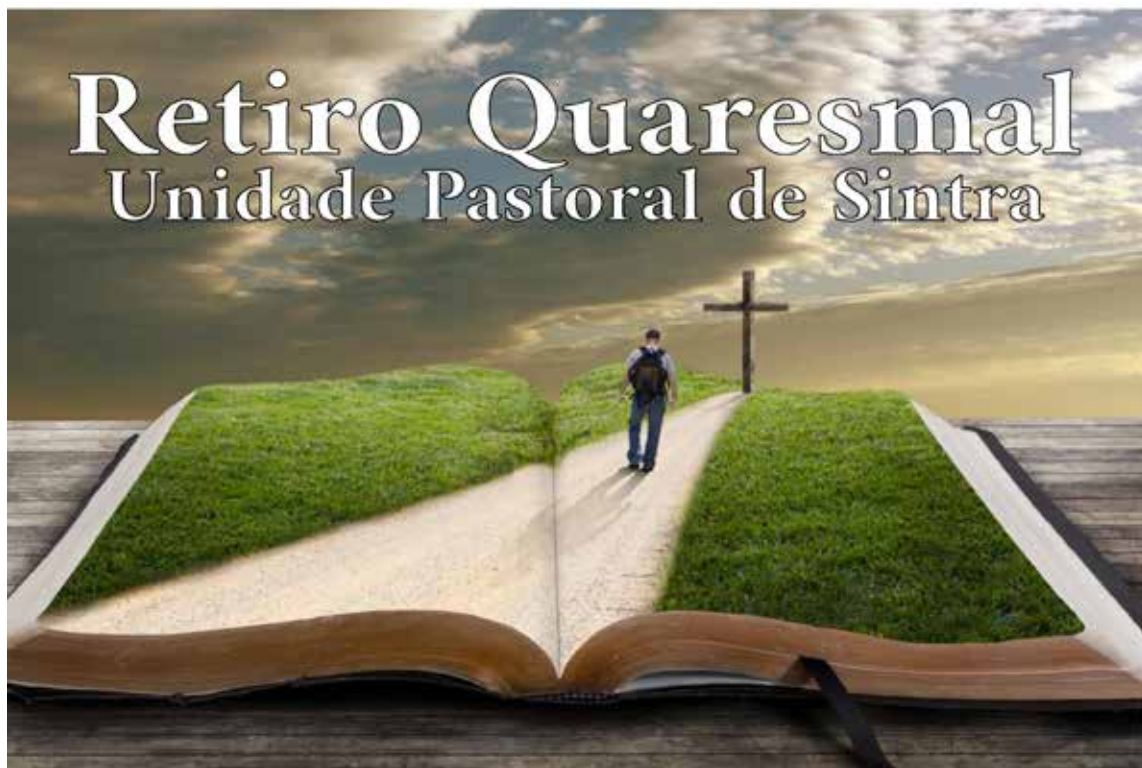




Distribuição Gratuita



Retiro Quaresmal Unidade Pastoral de Sintra

Orientado pelo Padre
Ricardo Figueiredo

Tema: Chamados a ser Santos



11 de março de 2023 (sábado) das 9:30 às 17:00
na igreja de São Miguel de Sintra (com almoço e Missa)



Inscrições no Cartório Paroquial:
Tel.: 219 244 744 || 966 223 785
Email: paroquias.sintra@gmail.com
Contribuição para o retiro e almoço: 12€

Igreja da Várzea



Página 3

Ir Leonor Wemans
Votos Solenes



Página 3

Renovamento Carismáti-
co Diocesano esteve em
Sintra



Página 6

MENSAGEM DO SANTO PADRE PARA A QUARESMA

PÁGINAS CENTRAIS



Espaço Solidário
ACISJF / UPS



Página 10

Entrevista de Vida:
César Conceição



Página 10



Os Nossos Padres

Pe. Armino Reis

O escândalo dos abusos

Os abusos sexuais foram e são ainda tabu na nossa sociedade e talvez em todo o mundo. No passado foram quase sempre encobertos e as vítimas silenciadas, fossem acontecidos dentro da família ou em alguma instituição. As denúncias eram poucas e as condenações em tribunal ainda menos. Infelizmente a Igreja Católica seguiu o mesmo caminho e hoje verifica que o problema foi e é muito mais grave do que se poderia pensar.

Conhecendo a situação de outros países, os bispos portugueses decidiram corajosamente enfrentar o problema e, além de comissões diocesanas dedicadas a acolher e investigar denúncias, constituíram uma comissão independente para analisar o problema a nível nacional. Foi a primeira instituição em

Portugal a empreender uma investigação interna desta dimensão sobre esta matéria, analisando os últimos 70 anos, e os resultados foram assustadores. A Comissão recebeu 512 testemunhos que validou como credíveis, ainda que muitos deles sejam anónimos. São muitos, mas a mesma comissão considera, por estimativa, que possam ter havido muitas mais vítimas que não puderam ou não quiseram fazer a denúncia (apontam para quase 5000).

Segundo a Agência Ecclesia (13 Fev), "Daniel Sampaio, psiquiatra, defendeu a necessidade de 'um estudo a nível nacional', revelando, após uma análise internacional de 217 estudos, que 18% das meninas são abusadas, percentagem que chega aos 8% no sexo masculino" isto a nível geral, não especifica-

mente em ambientes ligados à Igreja.

É normal que agora os holofotes da comunicação social estejam todos apontados para a Igreja, mas estes números exigem uma investigação aprofundada por parte do Estado ao nível das suas escolas e internatos, e de todas as instituições que lidam com menores. Seria bom que também criassem comissões independentes para um trabalho semelhante ao que está a ser feito pela Igreja. Basta recordar como o caso da Casa Pia ficou mal resolvido...

Agora é preciso que os nossos bispos tirem consequências do relatório que pediram. Que assumam o passado, auxiliem as vítimas, afastem os acusados que ainda estejam no ativo e que se provem culpados, mesmo que civilmente os crimes já

estejam prescritos (espero que a lei civil venha a alargar bastante o período para a prescrição destes crimes).

Acho que todos os católicos pedimos aos nossos bispos que, tal como Papa Francisco pediu também, nunca mais um caso de abuso na Igreja seja encoberto e que as vítimas sejam a sua maior preocupação. Infelizmente o direito canónico, em tempos passados, também não dava as orientações corretas aos bispos para lidarem com esta problemática. Hoje em dia a legislação da Igreja impõe tolerância zero a estes casos e isso vem tornar as instituições eclesiais muito mais seguras.

Todos temos de estar vigilantes, pais, sacerdotes, catequistas, animadores, fiéis em geral, para que alguma pessoa suspeita seja investigada



e afastada. A nossa Unidade Pastoral de Sintra está a participar como paróquia piloto, num projeto de proteção de menores ao nível da Catequese, não só de abusos sexuais mas também de outros perigos a que os menores que nos são confiados estejam sujeitos. Estamos a elaborar um manual de boas práticas e iremos proximamente fazer um mapa de riscos, para minimizarmos o mais possível a possibilidade de tais situações ocorrerem. Também os escuteiros desenvolveram um projeto intitulado "Escutismo Movimento Seguro" para dar formação aos dirigentes e prevenir situações de perigo.

Para além disto, temos rezado, e temos de rezar mais para que este problema seja ultrapassado na Igreja e na Sociedade em geral. ■



A melhor parte

Diác. Vasco Avillez

A preparação para o casamento (parte 2)

Propostas de Itinerários
Até aqui, a preparação para o casamento, é feita em geral, pelo par em questão, que usa o tempo de "namoro" para esse fim e tem ainda a ajuda das respetivas famílias, dos amigos e, a partir de uma certa altura, têm os dois, a ajuda da Igreja.

Ora, a Igreja, através de uma publicação muito recente do «Dicastério para os Leigos, a Família e a Vida», com o título "Itinerários Catecumenais para a Vida Matrimonial" vem justamente propor toda uma orientação, nova, para a preparação da vida matrimonial o que é mais do que apenas o Sacramento do Matrimónio.

Na sequência das três balizas de que vos falei no mês passado: a Transversalidade; a Sinodalidade e a Continuidade vamos hoje falar de fases e etapas.

São três as fases da preparação. A fase **pré-catecumenal**, que se deverá começar na infância e continuar pela juventude. Trata-se de inculcar nas crianças o valor da atenção aos outros, a importân-

cia do respeito pelo corpo, o respeito pelas pessoas do sexo oposto, a dignidade de cada ser humano em geral e a sã convivência social. A segunda é a fase **intermediária** de algumas semanas apenas, ou de meses caso os jovens não tenham tido nenhuma, ou apenas muito pouca preparação cristã. Muitos já têm «namoro» e por isso mesmo este é o tempo de acolhimento destes jovens. Trata-se de acompanhar os jovens que demonstram ter vocação para o casamento, tal como acolhemos de forma diferente os que têm vocação para o sacerdócio. A terceira é a fase **catecumenal**. Esta fase pode ser a mais longa pois tem três etapas, que convém marcar claramente:

Primeira Etapa: **A Preparação próxima**. Vamos receber os jovens casais de namorados e visitar com eles os ensinamentos dos sacramentos, em especial o do Batismo e o da Reconciliação e ao mesmo tempo ensiná-los a reconhecer tudo o que, um dia, mais tarde, possa ser

prejudicial ao bom funcionamento do seu Matrimónio, por desconhecimento, como por exemplo as diferenças entre homem e mulher; a sexualidade vivida em respeito mútuo; liberdade e maturidade; vocação nupcial do casal; decisões livres responsáveis e ponderadas, nomeadamente a de contrair o Matrimónio; a castidade como aliada do verdadeiro amor; crescimento na relação e na comunhão pessoal; a descoberta da riqueza e dos limites do outro, etc. No fim desta etapa pode fazer-se o Rito do Noivado como um caminho de fé em direção ao sacramento nupcial, continuando, com ainda mais decisão, um caminho espiritual.

Segunda Etapa: **A Preparação imediata**. Esta etapa é de apenas alguns meses mas é todavia importantíssima pois esses são justamente os meses que antecedem o matrimónio. Vamos ajudar os casais a recordar os aspetos doutrinários, morais e espirituais do casamento explicando os conteúdos espirituais de exercícios como sejam os retiros

ou as vigílias noturnas, que se hão de fazer; viver experiências espirituais de encontro com Deus, através da oração; da partilha e da reconciliação; preparar os noivos para uma participação consciente e frutuosa na liturgia do casamento.

Terceira Etapa: **Acompanhar os primeiros anos de vida matrimonial**. Esta etapa é proposta pela primeira vez como tal. Até aqui a preparação para o casamento acabava no dia do casamento! Mas temos muitas razões para acreditar que temos de levar este acompanhamento mais longe. Esta terceira etapa quer apresentar uma catequese matrimonial que envolva as consequências espirituais e existenciais, do sacramento celebrado, na vida concreta. Ajudar os casais a estabelecer de modo correto a relação interpessoal de casados. Aprofundar os temas da sexualidade na vida conjugal, da transmissão da vida e da educação dos filhos; infundir nos casais a firme vontade de defender o vínculo matrimonial, seja qual for a

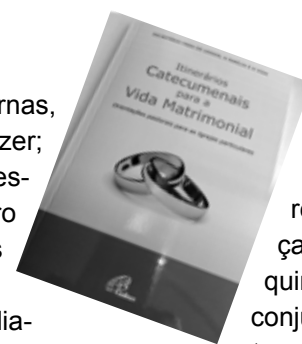
situação que se apresente; Propor a frequente renovação da graça matrimonial; adquirir espiritualidade conjugal; chamar a atenção para o sentido da missão específica dos esposos cristãos.

Tendo dito isto tudo, há que estarmos preparados, enquanto comunidade cristã, para acompanharmos os casais «em crise».

Vamos amadurecer estes conceitos e começar, o quanto antes, a remodelar os ensinamentos que vimos fazendo, de forma a podermos acompanhar quer os casais "habituais" que mesmo sem o saberem estão já numa situação de terceira etapa e ao mesmo tempo começar a trabalhar com os mais novos de forma a poder ajudá-los a passar de forma enriquecedora por cada uma das fases e etapas de que vos falei.

Não interessa tanto que idade temos... mas o que interessa é o que a Igreja espera de nós, neste assunto em particular.

Boa Quaresma e boa preparação para a Páscoa! ■



IR. LEONOR WEMANS VAI FAZER VOTOS SOLENES

A Comunidade de Monjas Concepcionistas Franciscanas, do Mosteiro de Santa Beatriz em Viseu, comunicaram-nos que a Ir^{ma} Leonor Maria da Anunciação (nome que adotou no mosteiro) vai fazer a Profissão Religiosa de Votos Solenes no dia 15 de Abril, pelas 12 horas, na Eucaristia presidida pelo Sr. Bispo D. António Luciano, seguida de almoço fraterno.

A Irmã Leonor é uma jovem

das nossas paróquias que decidiu consagrar a sua vida a Deus e à Igreja nesta congregação religiosa de vida monástica.

Todos recordamos a sua alegre presença na Catequese e na animação dos cânticos na Missa, bem como o seu particular talento para o desenho, mas acima de tudo a sua humildade e gosto pela oração.

Quem da nossa Unidade Pastoral desejar participar neste

momento tão importante da sua vida, deverá informar o Cartório da Igreja de São Miguel para podermos comunicar ao Mosteiro o número de pessoas que estarão presentes.

E quem não estiver presencialmente, que se una a ela na oração, para que o Senhor lhe dê a graça de ser muito feliz nesta opção de vida, e de ser uma vida generosamente oferecida a Deus pela salvação

da humanidade.

Assim definem as Irmãs a sua vocação:

“Consagradas a Deus pela profissão dos conselhos evangélicos, as concepcionistas abandonam todas as preocupações do mundo e em sua fragilidade entregam-se ao Espírito, que vem em seu auxílio, as leva a contemplar o amor do Pai e as move a exclamar: Abba, Pai!” (C.G.70,2)



IGREJA NA VÁRZEA DE SINTRA EM CONSTRUÇÃO – PRECISAMOS DE AJUDA!

Padre Armindo Reis

A 1ª fase da construção da Igreja Várzea está quase terminada, conforme podem ver pelas fotografias publicadas. Em breve iniciaremos a 2ª fase da obra por administração direta.

À empresa construtora, Miguel & Gaspar, foram já pagos 81.180,00€ em Fevereiro, 11.438,23€ em Abril, 23.294,69€ em Junho, 17.325,36€ em Julho, 10.932,08€ em Agosto, 18.025,67€ em Setembro,

17.672,09€ em Outubro, 14.296,59€ em Novembro, 35.743,26 em Dezembro e 25.667,16€ em Janeiro, o que já totaliza 255.575,12€. Esta 1ª fase custará 270.600,00€ (220.000,00€ +IVA). Os trabalhos a mais atrás referidos acrescentarão ainda mais cerca de 20.000,00€.

Agradecemos todas as ofertas que recebemos no último mês, nomeadamente os seguintes valores:

E. e M.R. – 1000,00€

Anónimo – 100,00€

Anónimo – 40,00€

M.M.T. – 100,00€

V. V. – 20,00€

P. C. – 50,00€

Sucata – 70,00€

Quem quiser contribuir para as obras poderá fazê-lo através do IBAN do Santander Totta: PT50 0018 0000 4012 6353 00112 e, se o pretender, solicitar-nos o respetivo recibo. Neste momento o dinheiro da Comunidade da Várzea já se esgotou e estamos a re-



correr a empréstimo de outras comunidades.

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. ■

Ecumenismo: «Encontro Cristão» reuniu «mais de sessenta Igrejas e comunidades»

Agência Ecclesia CB/OC

«Apesar das circunstâncias difícilíssimas que condicionam os relacionamentos e convidam à retaliação, o Espírito abriu caminhos de paz» – Luís Parente Martins. Sintra, 31 jan 2023 (Ecclesia) – O XIII Encontro Cristão em Sintra congregou “mais de sessenta Igrejas e comunidades”, que se juntaram para “escrever uma minúscula linha do sonho de Deus”, onde o “Espírito abriu caminhos de paz”, este sábado, no Centro

Cultural Olga Cadaval. “No momento da oração final, ortodoxos russos, católicos, evangélicos, protestantes e ucranianos greco-católicos emocionámo-nos ao ver que, apesar das circunstâncias difícilíssimas que condicionam os relacionamentos e convidam à retaliação, o Espírito, ainda assim, abriu caminhos de paz”, assinalou Luís Parente Martins, da organização do ‘Encontro Cristão’, numa nota enviada hoje à Agência EC-

CLESIA. A Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos, que decorreu de 18 a 25 de janeiro, no hemisfério norte, tem como tema “Aprendei a fazer o bem e procurai a justiça”, do profeta Isaías. Na 13ª edição do ‘Encontro Cristão’, “em dinâmicas muito vivas”, os membros das comunidades participantes partilharam, durante a tarde e ao jantar de sábado, a sua forma de “ao aproximarem-se do bem, agirem, por consequência, com mais justiça”. Este encontro ecuménico, que se realiza desde 2010, seguiu nesta edição a palavra “reconciliação”, contou com um momento de reflexão do bispo Jorge Pina Cabral, da Igreja Lusitana (Comunhão Anglicana), o pastor João Martins, da Aliança Evangélica Portuguesa, e o padre jesuíta Vasco Pinto Magalhães, da Igreja Católica, que explicou que os “discernimentos de prioridades, no contexto da sociedade atual,

convidam a um novo agir”. A organização assinala também que a experiência partilhada pelo padre Peter Stilwell, diretor do Departamento de Relações Ecuménicas e Diálogo Inter-religioso do Patriarcado de Lisboa, “de ter tocado a pedra do sepulcro inabitado”, originou um Pai Nosso de comunhão com “uma densidade mais próxima daquela que o Mestre certamente desejou”. Na nota ‘quando o Bem se manifesta na Unidade’, sobre o XIII Encontro Cristão, Luís Parente Martins começa a perguntar se “será concebível

convidar a ser ‘Fratelli Tutti’ e simultaneamente estar ‘de costas voltadas’ para o seu irmão”. No dia 25 de janeiro, na conclusão da 56ª Semana de Oração pela Unidade dos Cristãos, o Papa apelou à união dos cristãos contra a “violência sacrílega” da guerra e todas as formas de “desprezo e racismo”, numa celebração ecuménica, em Roma. “Devemos opor-nos à guerra, à violência e à injustiça onde quer que se insinuem”, disse Francisco, na Basílica de São Paulo Fora dos Muros.





ESTORES BANDARRA L.D.A.

Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores

Recta da Granja, Lote 6
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.com

RETIRO QUARESMA DA UPS

Há vários anos que a Unidade Pastoral de Sintra promove um dia de retiro na Quaresma, destinado a todos os paroquianos que queiram experimentar um dia dedicado à escuta do Senhor que nos fala através da Sagrada Escritura, da Liturgia, da oração pessoal e das reflexões do pregador.

O orientador do retiro este ano será o Pe. Ricardo Figueiredo, pároco de Óbidos.

O retiro será dia 11 de Março (Sábado) e decorrerá na igreja de São Miguel (Sala Card. José Policarpo) das 9.30h às 17h. O retiro tem almoço incluído e Eucaristia dominical.

As pessoas devem trazer Bíblia, papel e caneta.

Inscrição no Cartório da Igreja de São Miguel.



Cardeal-Patriarca assinala 25 anos da paróquia de São Brás

Comemoração dos 25 anos da paróquia e 40 anos de comunidade

O Cardeal-Patriarca de Lisboa esteve presente na Festa de São Brás, neste Domingo, 5 de fevereiro. A comemoração assinalou os 25 anos da paróquia e os 40 anos de comunidade.

D. Manuel Clemente presidiu à Eucaristia, a que se seguiu a procissão pelas ruas desta paróquia da Vigararia da Amadora, que tem como pároco o padre José Miguel Ramos. A celebração contou com a presença de antigos párocos, como o cônego António Marim e o padre Fernando Cima.

Recorde-se que, em 2019, a paróquia de São Brás dedicou a sua nova igreja, "para crescer na fé e na caridade", como testemunhou, então, a reportagem do Jornal VOZ DA VERDADE.



Fonte: Página do Patriarcado de Lisboa



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Ana de Carvalho Gonçalves

Jornada Mundial da Juventude.

Tanta tinta faz correr este encontro mundial de jovens!

Poucos eventos se comparam. É uma multidão de jovens e não jovens que percorre o mundo para se encontrarem uns com os outros, com o Papa, com a Igreja, com Jesus, **com Deus!** Trazem consigo a Alegria, a Fé, encontram Acolhimento e criam Memórias!

Num evento desta dimensão, envolvendo tanta gente, está sempre envolvido muito dinheiro também, logo muitos interesses. Surgem polémicas e críticas. Lembra-se a velha máxima: é impossível agradar a gregos e troianos! Claro!

Lembro a última Jornada, no Panamá, em 2019. Segundo dados do relatório final da Comissão Organizadora, contou com a presença de 87 mil 445 peregrinos, 20 mil voluntários, mais de 500 peregrinos com deficiência, 24 cardeais, 341 bispos e secretários, 3 924 padres e 3 916 jornalistas, todos de 140 países com mais de 25 idiomas.

Foi a 27 de janeiro de 2019, precisamente, no Panamá, que foi divulgada a escolha da cidade de Lisboa pelo Papa Francisco para acolher a próxima **Jornada Mundial da Juventude**. Inicialmente agendada para o verão de 2022, a JMJ Lisboa 2023 foi adiada um ano devido à pandemia causada pela Covid-19.

Lisboa candidatou-se a acolher a Jornada e foi escolhida! Que bênção!

Segundo o site oficial - <https://www.lisboa2023.org/> - as equipas e comités a trabalhar contam à data em que escrevo (14 de Fevereiro) com 400 voluntários. **400!** No Panamá trabalharam 20 000! Vamos responder à chamada!

Faltam também famílias de acolhimento, locais para alojar peregrinos, onde dar-lhes de comer.

Este é o tempo de nos chegarmos à frente e participar neste evento mundial da Igreja a que pertencemos, que escolhemos acolher e que vamos ter a sorte de viver!

Já houve tempo de preparar e programar (bem utilizado ou não...) e virá o tempo de analisar, avaliar.

Este é o tempo de Fazer Acontecer.

Inscrevam-se! Como voluntários, peregrinos, família de acolhimento.

Contactem a paróquia da vossa residência (para as famílias de acolhimento tem de ser a da residência) ou a paróquia que frequentam.

E participem nesta Festa de Alegria e Acolhimento Mundial!

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



CELEBRAÇÕES DA RECONCILIAÇÃO

(Confissões): Quaresma 2023

IGREJAS PAROQUIAIS: para toda a Unidade Pastoral de Sintra	
Igreja de S. Martinho	21 de Março, 3ª feira, 16.00h
Igreja de S. Miguel	23 de Março, 5ª feira, às 21.00h: CELEBRAÇÃO DA RECONCILIAÇÃO- PARA TODA A UPS (e antes ou depois das Missas feriais)
Igreja de S. Pedro	24 Março, 6ª feira, às 17h e 30 minutos antes da Missa ferial

Confissões para a CATEQUESE, JOVENS E ESCUTEIROS:

Igreja de S. Miguel	1 de Abril, Sábado, às 10.00h
---------------------	-------------------------------

PARA QUEM NÃO SE PUDE DESLOCAR ÀS IGREJAS PAROQUIAIS:

Capela do Linho	14 Março, 3ª feira, 17.00h
Igreja de Manique de Cima	18 Março, Sábado, 17.15h
Igreja de Lourel	22 Março, 4ª feira, 16.00h
Capela da Várzea	23 Março, 5ª feira, 16.00h
Igreja de Galamares	25 Março, Sábado, 15.00h
Igreja de Janas	26 Março, Domingo, 10.00h
Capela da Abrunheira	30 Março, 5ª feira, 16.00h



Consultório Médico

Miguel Forjaz, Médico

Pólipos do Intestino Grosso ou Cólon

Os pólipos do cólon ou da sua porção inferior, o recto, são tumores considerados, de uma forma geral, benignos. O intestino grosso tem a forma de U invertido e é dividido em cólon ascendente, transverso e descendente. Deste fazem parte a sigmoideia e o recto.

Um pólipo é um crescimento de tecido, um conjunto de células, da parede interna (mucosa), intestinal. Os pólipos podem crescer com ou sem pedículo e o seu tamanho é variável. Localizam-se com mais frequência nos segmentos inferiores do intestino grosso, sigmoideia e recto, mas podem surgir em qualquer parte do intestino grosso (cerca de 25% dos casos).

Esta doença mais frequente no mundo ocidental e em Portugal, concretamente, merece a maior atenção pela sua frequência. Algumas das principais causas relacionadas com esta situação,

não sendo de excluir o factor genético, são os hábitos alimentares e de vida pouco saudáveis. Os factores que podem predispor são a obesidade, o tabagismo, o álcool em excesso, diabetes tipo 2, não controlada, alimentação rica em gordura animal e pobre em cálcio, vegetais e frutas e algumas doenças inflamatórias intestinais.

A maioria dos pólipos não dão qualquer sintoma e, como disse, a grande maioria são benignos na forma inicial. No entanto, se forem grandes, ou seja, em princípio, já com alguns anos de crescimento, podem provocar hemorragia, traduzida por sangue visível ou não nas fezes, dor abdominal ou alterações dos hábitos intestinais, diarreia ou prisão de ventre. Quanto maiores forem, maior a probabilidade de serem malignos e de darem sintomas.

O exame mais completo e

fiável para se realizar e estudar a parede do intestino grosso na procura deste tipo de lesões, é a colonoscopia total com sedação profunda. Deve ser feita a partir dos cinquenta anos com uma periodicidade de 5 anos. Se forem encontrados pólipos na colonoscopia esta periodicidade será encurtada de acordo com o critério do gastroenterologista. Durante este exame se forem observados pólipos estes devem ser retirados se tiverem esse pedículo, através de um instrumento cortante ou um laço de arame electrificado. Se não for possível a sua extirpação, o doente terá de ser operado. O pólipo ou pólipos retirados seguirão para observação, por biopsia, para a anatomo-patologia que informará se se trata de um pólipo inflamatório ou hiperplásico, portanto benigno, ou um pré canceroso que tem o nome de adenoma ou adenoma viloso, já com invasão ou não das

diferentes camadas da mucosa intestinal, a que se chama maior ou menor grau de displasia, (células atípicas), ou se se trata já de um carcinoma. Nestes casos, a intervenção cirúrgica está indicada. Esta, se necessário consiste na extirpação completa do tumor da zona afectada unindo-se os segmentos livres do intestino. Se a lesão está localizada no recto, a intervenção cirúrgica poderá ser mais complexa. Se existe, após a avaliação médica, um risco grande de metástase estão indicados outros meios terapêuticos, como a quimioterapia.

Um caso particular e relativamente raro da polipose intestinal é a chamada polipose familiar. Trata-se de uma doença hereditária que pode surgir na infância ou adolescência em que se desenvolvem dezenas ou mais de cem pólipos adenomatosos ao longo de todo o intestino

grosso. Se estes doentes não forem tratados desenvolvem cancro do cólon antes dos 40 anos. Terão de fazer rectosigmoidoscopia (exame de observação do colon descendente inferior regularmente de 3 ou de 6 em 6 meses e colonoscopias regulares e está indicada a remoção de todo o intestino grosso com ligação do recto ao intestino delgado, a que se chama uma ileostomia.

Para concluir, queria chamar a atenção para a necessidade de todos nós nos sujeitarmos à realização da colonoscopia total com a periodicidade de 5 em 5 anos, a partir dos 50 anos, no sentido da prevenção do cancro do cólon, situação frequente em Portugal e que deve ser evitada por todas as razões, obviamente. O exame com anestesia é completamente indolor e necessita de uma preparação prévia, como se sabe. ■



Dia de BP - Baden Powell, Fundador do Escutismo



Celebramos no dia 22 de fevereiro, o dia do fundador do escutismo. Também conhecido como Dia do Pensamento, criado em 1926 durante a 4ª Conferência Mundial das Guias e Escuteiras, realizada no então Campo Edith Macy pertencente à Associação de Guias dos EUA.

O Dia do Pensamento tornou-se global, sendo para o Movimento Escutista e Guidista, muito especial em que somos chamados a refletir sobre a fraternidade, união e amor ao próximo, bem como a harmonia entre toda a humanidade. São recordados, também, neste dia todos aqueles que não podem viver a aventura e jogo escutista, pelas mais variadas razões, sejam elas políticas, religiosas ou económicas.

Deixamos aqui, para nos ajudar a refletir este momento, a última mensagem de B.P, deixada

“Caros escuteiros:

Se já vistes a peça Peter Pan, haveis de recordar-vos de como o chefe dos piratas estava sempre a fazer o seu discurso de despedida, porque receava que, quando lhe chegasse a hora de morrer, talvez não tivesse tempo para o fazer. Acontece-me coisa muito parecida e por isso, embora não esteja precisamente a morrer, morrerei qualquer dia e quero mandar-vos uma palavra de despedida.

Lembra-vos de que é a última palavra que vos dirijo, por isso medita-a.

Passei uma vida felicíssima e desejo que cada um de vós seja igualmente feliz.

Crei que Deus nos colocou neste mundo encantador para sermos felizes e apreciarmos a vida. A felicidade não vem da riqueza, nem simplesmente do êxito de uma carreira, nem dos prazeres. Um passo para a felicidade é serdes saudáveis e fortes enquanto sois rapazes, para poderdes ser úteis e gozar a vida quando fordes homens.

O estudo da natureza mostrar-vos-à as coisas belas e maravilhosas de que Deus encheu o mundo para vosso deleite. Contentai-vos com o que tendes e tirai dele o maior proveito que puderdes. Vede sempre o lado melhor das coisas e não o pior.

Mas o melhor meio para alcançar a felicidade é contribuir para a felicidade dos outros. Procurai deixar o mundo um pouco melhor de que o encontrastes e quando vos chegar a vez de morrer, podeis morrer felizes sentindo que ao menos não desperdiçastes o tempo e fizestes todo o possível por praticar o bem.

Estai preparados desta maneira para viver e morrer felizes – apegai-vos sempre à vossa promessa escutista – mesmo depois de já não serdes rapazes e Deus vos ajude a proceder assim.”

O Vosso Amigo

Baden Powell & Gilwell ■



Liga dos Amigos da Terceira Idade "os Avós"

No passado dia 27/01/23 tomaram posse os Órgãos Sociais da Liga dos Amigos da Terceira Idade "os Avós", para um mandato de 4 anos.

Esta IPSS foi fundada em 16/11/1981, e ao longo dos seus 41 anos de existência tem prestado serviços de Centro de Dia a cerca de 54 utentes, e de Apoio Domiciliário a mais 40 utentes.

A factividade da Liga abrange as freguesias da UFS, e a Direção tem a intenção de aumentar a área das suas instalações para assim conseguir dar resposta aos constantes pedidos de apoio dos familiares dos candidatos a utentes da Liga "os Avós". Apelamos a todos os leitores e amigos do Cruz Alta, que ainda não são sócios da nossa Liga que o façam, pois é uma forma de nos ajudarem a crescer e a melhorar os nossos serviços, chegando a mais utentes, que eventualmente poderão ser familiares vossos!

Estamos bem no centro da Estefânia, na Rua General José Estêvão de Morais Sarmento, nº. 8 em Sintra.

Contactos:

e-mail: osavos@sapo.pt

Tel.: 219230466 / Móvel: 927804700 ■



O Renovamento Carismatico Diocesano esteve em Sintra

Para quem o Renovamento Carismático Católico é ainda algo desconhecido, importa adiantar algumas palavras sobre a sua origem, génese e desenvolvimento.

No início do Concílio Vaticano II, o Papa João XXIII pediu um novo derramamento do Espírito Santo para renovar a Igreja.

Poucos anos depois, precisamente em 1967, apareceu, como resultado dessa oração, o Renovamento Carismático Católico, designado vulgarmente pela sigla RCC, que tem vindo a mudar para sempre a vida de milhões de católicos em todo o mundo e até a vida da própria Igreja.

O Renovamento é uma experiência vivida no Espírito dentro da prática cristã e que pode resumir-se numa nova profundidade da oração, amor pelas Escrituras, devoção à Eucaristia, um coração disponível para a evangelização e um apelo à conversão e a uma vida de santidade.

O Renovamento Carismático Católico está presente no território nacional desde finais de 1974, trazido para o nosso país pelo saudoso Pe. José Lapa e, em todo o mundo, tem agregado a si mais de 120 milhões de pessoas.

Os Papas, desde Paulo VI ao Papa Francisco, têm-no definido, não como um movimento, mas como uma corrente de graça que se exprime, de modo multiforme, em variadas realidades carismáticas existentes, tais como, grupos de oração, comunidades, escolas de evangelização, editoras, cursos Alfa, etc. O que é específico em todas essas realidades é o batismo no Espírito Santo, a que chamamos vulgarmente, no nosso país, “efusão do Espírito Santo”.

Na Unidade Pastoral de Sintra, existe um grupo de oração que é designado por grupo de oração de “Nazaré” e que é integrado por cristãos de Sintra e paróquias limítrofes.

A nível diocesano, o RCC está constituído em associação canónica e integra cerca de 66 grupos de oração espalhados pelo território da Diocese de Lisboa.

Ora, precisamente no dia 8 de janeiro passado, o RCC diocesano celebrou o seu 48º aniversário na Igreja de S. Miguel em Sintra, com o tema: ENRAIZADOS E EDIFICADOS EM CRISTO JESUS, TRANSBORDANDO EM AÇÃO DE GRAÇAS” (CI 2,7)

Apesar do frio que se fazia sentir, estiveram presentes mais de duas centenas de pessoas. O dia começou com a celebração da Eucaristia presidida pelo senhor Bispo D. Joaquim Mendes que, na sua homilia, fez um forte apelo para experimentarmos a presença do Espírito Santo na vida de cada um de nós, como “uma grande luz” que ilumina interiormente os cristãos. “Que Ele vos ajude a ser nas vossas vidas e nos grupos de oração uma epifania permanente de Jesus, manifestando-O em gestos concretos de acolhimento, escuta, proximidade e misericórdia para com todos, mas sobretudo para os que sofrem no corpo e no espírito”.

Depois, e num ambiente de muita alegria, o dia foi decorrendo com momentos fortes de animação e louvor ao Senhor.

No final da manhã, tivemos o privilégio de escutar um ensinamento em vídeo da Patti Mansfield, gravado por ela, precisamente para este encontro de Sintra e subordinado ao tema: “Olhos Fixos em Jesus”. Importa esclarecer que o nome desta irmã está ligado ao início do RCC e foi um dos participantes no célebre retiro de Duquesne, na Universidade do Espírito Santo, em Pittsburgh no ano de 1967, retiro esse organizado e vivido por um grupo de estudantes universitários católicos daquela universidade. Nesse retiro receberam a graça do batismo do Espírito Santo (efusão do Espírito Santo) que depois se espalhou por todo o mundo.

Seguiu-se a apresentação de alguns representantes da Comunidade Emanuel que tem a sua sede em Coimbra.

Deram-nos a conhecer o seu Serviço de Comunhão e de Evangelização, que realizam em vários lugares. Evangelizam através do chamamento de pessoas para a participação nos cursos Alfa, os quais, após vários encontros, visam transformar os participantes em discípulos de Jesus e disponíveis para servir a Igreja, especialmente nas periferias existenciais



Lá para o fim da tarde, o assistente diocesano do RCC, Padre Bruno Machado, a seu tempo e inspirado no tema do encontro, fez uma profunda reflexão sobre a necessidade de nos mantermos ligados a Jesus deixando-nos moldar por ELE.

Terminámos este grandioso dia com a adoração ao Santíssimo Sacramento, que no momento oportuno, passou pelo meio da assembleia, tal como o fazia no Seu tempo em terras da Galileia, para que O pudéssemos sentir e saborear em nossas vidas. ■



Gota a Gota-Grupo de Ação Social Artigos doados em fevereiro 2023

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº1	3	Flocos Cereais / Mel	18
Fraldas Nº2	5	Farinha Láctea (Cerelac)	74
Fraldas Nº6 (Dodot)	1	Cereais/Corn Flakes	53
Fraldas Nº3	5	Chocapic	12
Fraldas Nº4	15	Atum	147
Fraldas Nº5	12	Salsichas	147
Fraldas Nº6	16	Tomate	4
Fraldas adultos M	2	Cogumelos	3
Fraldas adultos L	6	Massa	60
Cueca adulto L	4	Esparguete	60
Toalhas	31	Arroz	60
Oleo Jonhsom	1	Grão e Feijão	120
Gel Banho	60	Azeite	60
Shampoo + Gel	21	Óleo	5
Shampoo e Condicionador	12	Leite c/Chocolate (200ml)	18
Gel Banho	60	Leite UHT Meio Gordo L	870
Papel Higiénico	24	Açúcar	60
Bolacha Maria/Torrada	98	Nescafé descafeinado	18
Aptamil/Nan Nº 1	2	Chocolate em pó	1
Aptamil/Nan Nº 2	2	Chá	6
Aptamil/Nan Nº 3	1	Leite magro	12
Aptamil/Nan Nº 4	4	leite S/Lactose	72
Aptamil/Nan Nº 5	4	Congelados	143
Fruta Pack 4 boiões	12		
	401		2023
Total de artigos doados:		2424	
Banco Alimentar:		947,64 Kg	

Obrigado!

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*

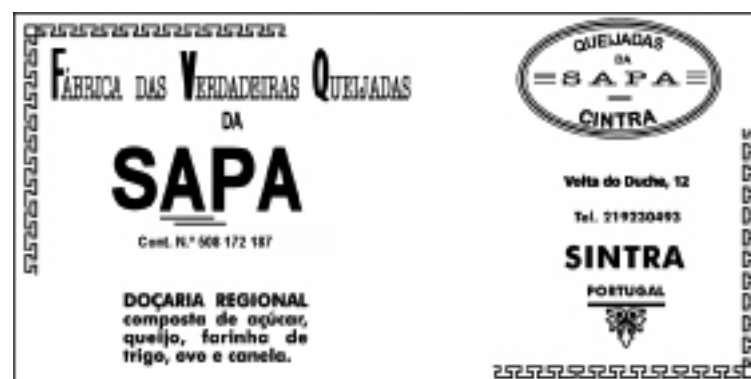
Transfer do e para o aeroporto*

Serviço na hora e por marcação

Email:taxisintrarural@gmail.com

Tlm: 965 234 393

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





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

Continuamos a publicar neste jornal a 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.

Redescobrimo diariamente a beleza da verdade da celebração cristã

21. Mas devemos estar atentos: para que o antídoto da liturgia seja eficaz, somos obrigados a redescobrir todos os dias a beleza da verdade da celebração cristã. Refiro-me mais uma vez ao sentido teológico, como o n. 7 da Sacrosanctum Concilium descreve tão belamente: a Liturgia é o sacerdócio de Cristo, revelado a nós e dado no seu mistério pascal, tornado presente e ativo por meio de sinais dirigidos aos sentidos (água, óleo, pão, vinho, gestos, palavras), para que o Espírito, mergulhando-nos no mistério pascal, transforme todas as dimensões da nossa vida, conformando-nos cada vez mais a Cristo.

22. A contínua redescoberta da beleza da Liturgia não é a busca de uma estética ritual que se contenta apenas com uma cuidadosa observância exterior de um rito ou se satisfaz com uma escrupulosa observância das rubricas. Ob-

viamente, o que estou dizendo aqui não quer de modo algum aprovar a atitude oposta, que confunde simplicidade com banalidade descuidada, ou o essencial com superficialidade ignorante, ou a concretude da ação ritual com um funcionalismo prático exasperante.

23. Sejamos claros aqui: todos os aspetos da celebração devem ser cuidadosamente cuidados (espaço, tempo, gestos, palavras, objetos, vestimentas, canto, música...) e todas as rubricas devem ser observadas. Tal atenção bastaria para evitar que se roube à assembleia o que lhe é devido; ou seja, o mistério pascal celebrado de acordo com o ritual que a Igreja estabelece. Mas mesmo que se garantisse a qualidade e o bom andamento da celebração, isso não seria suficiente para tornar plena nossa participação. Assombro diante do mistério pascal: parte essencial do ato litúrgico

24. Se nos faltasse o espanto pelo fato de o mistério pascal

se tornar presente na concretude dos sinais sacramentais, arriscaríamos verdadeiramente ser impermeáveis ao oceano de graça que inunda cada celebração. Esforços para favorecer uma maior qualidade à celebração, ainda que louváveis, não são suficientes; nem o é o apelo a uma interioridade maior. A interioridade pode correr o risco de se reduzir a uma subjetividade vazia se não tiver levado em conta a revelação do mistério cristão. O encontro com Deus não é fruto de uma busca interior individual por Ele, mas é um acontecimento dado. Podemos encontrar Deus através do fato novo da Encarnação que atinge na Última Ceia o ponto extremo de seu desejo de ser comido por nós. Como pode acontecer-nos a infelicidade de nos distanciarmos do fascínio da beleza deste dom?

25. Quando falo de espanto diante do mistério pascal, não pretendo de modo algum referir-me ao que às vezes

me parece significar a vaga expressão “sentido do mistério”. Às vezes, isso está entre as supostas principais acusações contra a reforma litúrgica. Diz-se que o sentido de mistério foi removido da celebração. O espanto ou maravilha de que falo não é uma espécie de superação diante de uma realidade obscura ou de um rito misterioso. É, pelo contrário, maravilha pelo facto de o desígnio salvífico de Deus se ter revelado no ato pascal de Jesus (cf. Ef 1,3-14), e a força deste ato pascal continua a chegar até nós na celebração dos “mistérios”, dos sacramentos. Ainda é verdade que a plenitude da revelação tem, em relação à nossa finitude humana, uma abundância que nos transcende e encontrará a sua plenitude no fim dos tempos, quando o Senhor voltar. Mas se o espanto for do tipo certo, não há risco de que a alteridade da presença de Deus não seja percebida, mesmo dentro da proximidade que a Encar-



nação pretende. Se a reforma eliminou aquele vago “senso de mistério”, então, mais do que motivo para acusações, é mérito seu. A beleza, como a verdade, sempre engendra maravilhas, e quando estas se referem ao mistério de Deus, levam à adoração.

26. A maravilha é parte essencial do ato litúrgico porque é a maneira como aqueles que sabem que estão envolvidos na particularidade dos gestos simbólicos olham as coisas. É a maravilha de quem experimenta o poder do símbolo, que não consiste em referir-se a algum conceito abstrato, mas em conter e expressar em sua própria concretude o que ele significa. ■

HOMENAGEM E AGRADECIMENTO

Domingo 12 de Fevereiro 16 horas a Igreja de Rio de Mouro foi pequena para acolher paroquianos e amigos que desejavam celebrar o dom da vida e doação do Reverendo Pe Filomeno Ubaldo Marinho Almeida ao serviço da paróquia. A Eucaristia foi presidida pelo Bispo Auxiliar do Patriarcado D. Joaquim Mendes, sacerdotes e diáconos da Vigararia de Sintra. O Sr. Pe Filomeno, pessoa afável, carinhosa, disponível no acolhimento, alegre, sorriso aberto e franco conquistou o carinho, o respeito e admiração da comunidade que o acolheu. Oriundo da Índia escolheu Portugal para viver onde já tinha familiares; foi incardinado no Patriarcado e pároco em Montelavar, colaborando em Pêro Pinheiro. Nomeado Vigário Paroquial (coadjutor) de Rio de Mouro de 29 de Setembro a 01 de Janeiro de 2023.

Depois da Eucaristia seguiu-se um lanche ajantarado que encheu o refeitório do Centro Comunitário. Houve ainda bolo de felicitações e as velas a lembrar os 25 anos de dedicação à Comunidade Paroquial de Rio de Mouro. Desejamos as maiores felicidades ao Sr. Pe Filomeno a viver na Casa Sacerdotal do Patriarcado, onde partilha a sua boa disposição com novos amigos e se sente muito feliz, segundo o seu testemunho. O Clero da Vigararia agradece a sua colaboração e deseja-lhe tudo de bom. O nosso Bem Haja, Pe Filomeno.

Diác. Craveiro



Escola de Oração São José

A Escola de Oração de São José tem como principais objectivos:

- a introdução à vida de oração pessoal e comunitária;
- formação acerca dos principais métodos e formas de oração;
- oferta de conteúdos e subsídios para a oração pessoal e comunitária.

A Escola de Oração está integrada no Instituto Diocesano da Formação Cristã e está dirigida para todos os leigos da nossa Diocese.

Está organizada por módulos temáticos independentes uns dos outros. Cada interessado deverá inscrever-se no módulo que lhe convier.

Fonte: Página do Patriarcado

É necessária inscrição, até porque alguns módulos têm limite máximo de participantes.

As inscrições podem fazer-se:

- * neste site: <http://www.escoladeoracao.org>
- * por email: escolaooracao@gmail.com
- * por sms: 910957253

MENSAGEM DO PAPA FRANCISCO PARA A QUARESMA DE 2023

Ascese quaresmal, itinerário sinodal

Queridos irmãos e irmãs!

Os Evangelhos de Mateus, Marcos e Lucas coincidem em narrar o episódio da Transfiguração de Jesus. Neste acontecimento, vemos a resposta do Senhor a uma falta de compreensão manifestada pelos seus discípulos. De facto, pouco antes, registara-se uma verdadeira divergência entre o Mestre e Simão Pedro; este começara professando a sua fé em Jesus como Cristo, o Filho de Deus, mas em seguida rejeitara o seu anúncio da paixão e da cruz. E Jesus censurara-o asperamente: «Afasta-te, Satanás! Tu és para Mim um estorvo, porque os teus pensamentos não são os de Deus, mas os dos homens» (Mt 16, 23). Por isso, «seis dias depois, Jesus tomou consigo Pedro, Tiago e seu irmão João, e levou-os, só a eles, a um alto monte» (Mt 17, 1).

A Transfiguração, um caminho de subida

O evangelho da Transfiguração é proclamado, cada ano, no II Domingo da Quaresma. Realmente, neste tempo litúrgico, o Senhor toma-nos consigo e conduz-nos à parte. Embora os nossos compromissos ordinários nos peçam para permanecer nos lugares habituais, transcorrendo uma vida quotidiana frequentemente repetitiva e por vezes enfadonha, na Quaresma somos convidados a subir «a um alto monte» juntamente com Jesus, para viver com o Povo santo de Deus uma particular experiência de ascese.

A ascese quaresmal é um empenho, sempre animado pela graça, no sentido de superar as nossas faltas de fé e as resistências em seguir Jesus pelo caminho da cruz. Aquilo precisamente de que Pedro e os outros discípulos tinham necessidade. Para aprofundar o nosso conhecimento do Mestre, para compreender e acolher profundamente o mistério da salvação divina, realizada no dom total de si mesmo por amor, é preciso deixar-se conduzir por Ele à parte e ao alto, rompendo com a mediocridade e as vaidades. É preciso pôr-se a caminho, um caminho em subida, que requer esforço, sacrifício e concentração, como uma excursão na montanha. Estes requisitos são importantes também para o caminho sinodal, que nos comprometemos, como Igreja, a realizar. Far-nos-á bem refletir sobre esta relação que existe entre a ascese quaresmal e a experiência sinodal.

Um caminho que fazemos juntos

Para o «retiro» no Monte Tabor, Jesus leva consigo três discípulos, escolhidos para serem testemunhas dum acontecimento singular; Ele deseja que aquela experiência de graça não seja vivida solitariamente, mas de forma partilhada, como é aliás toda a nossa vida de fé. A Jesus, seguimo-Lo juntos; e juntos, como Igreja peregrina no tempo, vivemos o Ano Litúrgico e, nele, a Quaresma, caminhando com aqueles que o Senhor colocou ao nosso lado como companheiros de viagem. À semelhança da subida de Jesus e dos discípulos ao Monte Tabor, podemos dizer que o nosso caminho quaresmal é «sinodal», porque o percorremos juntos pelo mesmo caminho, discípulos do

único Mestre. Mais ainda, sabemos que Ele próprio é o Caminho e, por conseguinte, tanto no itinerário litúrgico como no do Sínodo, a Igreja não faz outra coisa senão entrar cada vez mais profunda e plenamente no mistério de Cristo Salvador.

Um caminho rumo a uma meta maravilhosa e surpreendente

E chegamos ao momento culminante. O Evangelho narra que Jesus «Se transfigurou diante deles: o seu rosto resplandeceu como o sol, e as suas vestes tornaram-se brancas como a luz» (Mt 17, 2). Aqui aparece o «cimo», a meta do caminho. No final da subida e enquanto estão no alto do monte com Jesus, os três discípulos recebem a graça de O verem na sua glória, resplandecente de luz sobrenatural, que não vinha de fora, mas irradiava d'Ele mesmo. A beleza divina desta visão mostrou-se incomparavelmente superior a qualquer cansaço que os discípulos pudessem ter sentido quando subiam ao Tabor. Como toda a esforçada excursão de montanha, ao subir, é preciso manter os olhos bem fixos na vereda, mas o panorama que se deslumbra no final surpreende e compensa pela sua maravilha. Com frequência também o processo sinodal se apresenta árduo e por vezes podemos até desanimar; mas aquilo que nos espera no final é algo, sem dúvida, maravilhoso e surpreendente, que nos ajudará a compreender melhor a vontade de Deus e a nossa missão ao serviço do seu Reino.

Um caminho radicado na Tradição, mas aberto à novidade

A experiência dos discípulos no monte Tabor torna-se ainda mais enriquecedora quando, ao lado de Jesus transfigurado, aparecem Moisés e Elias, que personificam respetivamente a Lei e os Profetas (cf. Mt 17, 3). A novidade de Cristo é cumprimento da antiga Aliança e das promessas, e inseparável da história de Deus com o seu povo, e revela o seu sentido profundo. De forma análoga, o caminho sinodal está radicado na tradição da Igreja e, ao mesmo tempo, aberto para a novidade. A tradição é fonte de inspiração para procurar estradas novas, evitando as contrapostas tentações do imobilismo e da experimentação improvisada.

O caminho ascético quaresmal e, de modo semelhante, o sinodal, têm como meta uma transfiguração, pessoal e eclesial. Uma transformação que, em ambos os casos, encontra o seu modelo na de Jesus e realiza-se pela graça do seu mistério pascal.

Duas veredas para a transfiguração pessoal e eclesial:

Para que, neste ano, se possa realizar em nós tal transfiguração, quero propor duas «veredas» que é necessário percorrer para subir juntamente com Jesus e chegar com Ele à meta.

Primeira vereda: escutar Jesus e escutar os irmãos

A primeira diz respeito à ordem que Deus Pai dirige aos discípulos no Tabor, enquanto estão a contemplar Jesus transfigurado. A voz da nuvem diz: «Escutai-O» (Mt 17, 5). Assim a primeira indicação é muito clara: escutar Jesus. A Quaresma é tempo de graça na medida em que nos pusermos à escuta d'Ele, que nos fala. E como nos fala Ele? Antes de mais nada na Palavra de Deus, que a Igreja nos oferece na Liturgia: não a deixemos cair em saco roto; se não podemos participar sempre na Missa, ao menos leiamos as Leituras bíblicas de cada dia valendo-nos até da ajuda da internet. Além da Sagrada Escritura, o Senhor fala-nos nos irmãos, sobretudo nos rostos e vicissitudes daqueles que precisam de ajuda. Mas quero acrescentar ainda outro aspeto, muito importante no processo sinodal: a escuta de Cristo passa também através da escuta dos irmãos e irmãs na Igreja; nalgumas fases, esta escuta recíproca é o objetivo principal, mas permanece sempre indispensável no método e estilo duma Igreja sinodal.

Segunda vereda: Não se refugiar em acontecimentos extraordinários; enfrentar as fadigas diárias, as suas durezas e contradições.

Ao ouvir a voz do Pai, «os discípulos caíram com a face por terra, muito assustados. Aproximando-Se deles, Jesus tocou-lhes dizendo: “Levantai-vos e não tenhais medo”. Erguendo os olhos, os discípulos apenas viram Jesus e mais ninguém» (Mt 17, 6-8). E aqui temos a segunda indicação para esta Quaresma: não refugiar-se numa religiosidade feita de acontecimentos extraordinários, de sugestivas experiências, levados pelo medo de encarar a realidade com as suas fadigas diárias, as suas durezas e contradições. A luz que Jesus mostra aos seus discípulos é uma antecipação da glória pascal, e é rumo a esta que se torna necessário caminhar seguindo «apenas Jesus e mais ninguém».

Um retiro rumo à Páscoa

A Quaresma orienta-se para a Páscoa: o «retiro» não é um fim em si mesmo, mas prepara-nos para viver – com fé, esperança e amor – a paixão e a cruz, a fim de chegarmos à ressurreição. Também o percurso sinodal não nos deve iludir quanto ao termo de chegada, que não é quando Deus nos dá a graça de algumas experiências fortes de comunhão, pois aí o Senhor também nos repete: «Levantai-vos e não tenhais medo». Desçamos à planície e que a graça experimentada nos sustente para sermos artesãos de sinodalidade na vida ordinária das nossas comunidades.

Queridos irmãos e irmãs, que o Espírito Santo nos anime nesta Quaresma na subida com Jesus, para fazermos experiência do seu esplendor divino e assim, fortalecidos na fé, prosseguirmos o caminho com Ele, glória do seu povo e luz das nações.

Roma – São João de Latrão, na Festa da Conversão de São Paulo, 25 de janeiro de 2023.

FRANCISCO

I Jornada Vicarial de Liturgia

Liturgia é a celebração viva da fé no encontro com o Ressuscitado

No dia 11 de fevereiro de 2023 realizou-se a I Jornada Vicarial de Liturgia na Igreja de Nossa Senhora da Natividade em Mem Martins. Este encontro foi uma resposta aos desafios constantes do Papa Francisco, para que descobramos que os mistérios da liturgia se tocam e só em comunidade de batizados poderemos ouvir, compreender e amar o que o Espírito Santo diz à Igreja

A jornada iniciou com a oração de Laudes, e após estas, decorreram as duas conferências da manhã: 'Receção do movimento litúrgico: Que dificuldades? Que caminho?', por Paulo Fontes, e 'Apresentação da carta do Papa «Desiderio Desideravi»', sobre a formação litúrgica do povo de

Deus, pelo Pe Ricardo Jacinto.

O Prof. Paulo Fontes referiu que as dificuldades podem representar uma oportunidade na medida em que as tensões numa comunidade são sinal de que ela está viva. Estas tensões ao serem resolvidas, fortalecem a comunidade se forem resolvidas com dignidade e qualidade, pelos valores do Evangelho.

O conferencista enunciou algumas atitudes, como cami-



nho para o fortalecimento da liturgia como um todo, primeiramente ao sermos cristãos, fazendo-se presente de corpo e alma para podermos abrir-nos à presença salvífica de Deus, segundo, ao sermos pertença de Deus, acolhendo a vida nas suas dificuldades e graças, terceiro, escutar o Espírito Santo, quarto, experimentar a vivência fraterna

comunitária na celebração, sendo uma comunidade integradora de todos os excluídos e marginalizados pela humanidade.

O Pe Ricardo Jacinto, apresentou alguns pontos de reflexão, focando-se em contemplar a beleza e a verdade do celebrar cristão, tendo referido mesmo que o que era visível do corpo de Cristo passou para os sacramentos, para que deste modo nascesse a fé. Referiu que é Deus na cruz que faz crescer a Igreja através do sangue e do corpo “adormecido” de Jesus, o Cristo (novo Adão), e Maria (nova Eva) como mãe da Igreja. É deste modo que somos chamados continuamente a redescobrir a riqueza do Mistério Pascal, revelado nos sacramentos, e sermos guardiões deste tesouro, cujos princípios gerais foram expostos nos primeiros números da Sacrosantum Concillium (Vaticano II), compreendendo a íntima ligação entre esta primeira das constituições conciliares e todas as demais.

O que se pode sistematizar é que liturgia não é um conjunto de rituais doutrinários mas, como refere o Papa Francisco, a capacidade de anunciarmos o mistério de Deus que se revelou em Jesus Cristo como um Deus que ama e mostra misericórdia.

Após o almoço decorreram cinco ateliers com o propósito de, em grupos mais pequenos, podermos aprofundar aspetos da liturgia, bem como colocar algumas questões aos palestrantes.

O atelier da da Prof. Isabel Alçada versou o “Compreender o espaço litúrgico”. Começou por nos dizer que através das Bíblia percebemos que nos primeiros tempos do cristianismo a Igreja reunia-se em salas amplas de algumas casas de particulares (1 Cor. 16,19) para orar (At. 12,12), ouvir a Palavra de Deus e celebrar a Ceia do Senhor (At. 20, 11). Já o batismo realizava-se onde existisse água (At. 8,36-38); só mais tarde é que apareceu um espaço com símbolos batismais, como em Doura Europos (Mesopotâmia). Como cada vez vinha mais povo celebrar, e deste modo obrigou as comunidades a procurarem um lugar específico, mais amplo, para a assembleia se reunir. A estes lugares denominaram a “casa da Igreja” (domus ecclesiae, que em grego quer dizer igrejas

ou assembleia reunida), que é muito mais que um edifício, pois é o lugar sagrado, onde os cristãos in ecclesia se incorporam em Cristo pela Oração, pela Palavra e pelos Sacramentos, na celebração do Mistério Pascal do Senhor Ressuscitado. Foi nestas casas que se começaram a criar os primeiros espaços litúrgicos como o altar e o ambão.

A reforma litúrgica (Concílio Vaticano II) centra-se à volta do altar, como memorial do Mistério Pascal de Cristo, Senhor ressuscitado, nas temáticas da Igreja-templo e da Igreja-povo de Deus.

A Igreja-templo é uma construção destinada à celebração de ritos e missas da Igreja Católica, devendo os seus espaços serem verdadeiramente



dignos, porque o espaço deve proporcionar uma experiência de encontro com Deus.

As três áreas principais são: o Presbitério, a Nave da igreja (onde se encontra o Povo de Deus) e o Batistério. As outras três partes que podemos chamar de complementares são: Capela do Santíssimo, Sacristia (local em que ficam guardados os objetos litúrgicos) e Átrio (espaço de acolhimento junto à porta principal da igreja).

A uma pergunta sobre as Catacumbas, respondeu que estas eram cemitérios e não “casas da Igreja”. Estes cemitérios verticais devem-se ao facto

do terreno ser tipo tufo, fácil de escavar mas em contacto com o ar ficar muito rijo, e devido à falta de espaço estavam reunidas as condições para a construção destes cemitérios enterrados na vertical. As imagens nas paredes e os momentos de oração que decorriam ali recordavam que a morte não era um fim, era um adormecer em Cristo.

O atelier sobre as artes “uma nova linguagem ou a linguagem do passado?” Foi apresentado por três artistas, Dina Figueiredo (artista plástica), Pe. João Norton (arquiteto) e Paulo Neves (escultor).

Dina Figueiredo (artista plástica) falou-nos de usar todas as tonalidades do amor, mostrando-nos algumas das suas obras, como vitrais e azulejos, nas quais podemos constatar que a fé está sempre bem visível, onde a pureza luminosa, de cores irradiantes, de formas que se movimentam silenciosamente, em harmonias musicais que nos despertam para uma outra realidade, onde a beleza floresce e se enraíza.

O Pe. João Norton sj. (arquiteto) abordou algumas categorias da arquitetura adequadas à arquitetura sacra. A primeira categoria apresentada foi a hospitalidade e participação. A segunda foi a pobreza como dimensão axiológica (valores que são usados para avaliar, julgar e se referir à qualidade de algo, valores evangélicos, e valores artístico-culturais, como honestidade e autenticidade, entre outros. Por último apresentou a interioridade (não dispersão) que deverá responder à dimensão de profundidade do ser humano (através da luz, silêncio, vazio, poesia e beleza. Finalizou dizendo que é preciso sentirmos alguma coisa, e não sentirmos todos o mesmo.

Paulo Neves (escultor) abordou a sua relação com a natureza, que lhe permitiu criar composições em madeira impregnadas de fé.

A jornada terminou com a Missa, presidida por D. Joaquim Mendes, Bispo Auxiliar de Lisboa.

Carlos Macias

 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: César da Conceição

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

César Alberto Santos da Conceição, nasceu em 18 de novembro de 1950, na Amadora. Os pais eram de Sintra (a mãe da Várzea, o pai da Vila, e só a avó materna era de fora, de Vilar Formoso). O nascimento deu-se na Amadora porque o pai do César era o chefe da estação dos Correios daquela cidade (na altura, a Porcalhota), e ficou filho único.

Veio para Sintra com poucos dias de vida, e só voltou à Amadora para ser batizado por um padre holandês, amigo do pai, a 24 de Dezembro do mesmo ano. O pai entretanto veio para a estação de Correios de Sintra.

César fez a escola primária no Sintrense e depois foi para o Cacém, para a Escola Industrial e Comercial de Sintra. Duas vezes por semana tinha aulas de Religião e Moral com o pároco de Rio de Mouro, Pe. José Estrangeiro, que o convidou para acólito e veio também a presidir ao seu casamento. Ainda estudou um ano no Instituto Superior Técnico, mas decidiu voluntariar-se para o serviço militar. Entrou para a Força Aérea, onde esteve quatro anos como Mecânico Rádio, curso tirado na Escola Militar de Eletromecânica. Como foi o primeiro classificado do curso

pôde escolher ir para a Base Aérea de Sintra. Quando deixou o serviço militar foi para a Xerox, onde trabalhou 30 anos, tendo-se especializado em fotocopiadores e depois em computadores. Reformou-se aos 50 anos, o que lhe permitiu dedicar-se a outras atividades. Também foi professor de Eletricidade e Laboratórios de Eletricidade na Escola Industrial e Comercial do Cacém.

César conheceu a esposa em Sintra, mas o namoro só começou quando estava no serviço militar. Frequentou a catequese na Estefânia, em casa da D. Maria Alice Conceição, que ainda era sua prima, e ainda em casa de uma outra catequista, D. Hermínia, perto de sua casa. A família ia à missa a S. Martinho. Na juventude participou no coro da igreja, no tempo em que cantavam no chamado "coro alto". Recorda que a mãe não o deixava sair de casa ao domingo sem estar devidamente arranjado.

Os padres da Paróquia na sua infância foram o Padre Abílio e o Padre João de Sousa. Casou com a Maria Laura Câmara de Sousa na igreja de Santa Maria e desde essa altura moram na Estefânia (há 48 anos). Têm duas filhas, a Cláudia e a Vanda, e três netos (18, 14 e 3 anos). A Maria Laura trabalhou

nas Finanças e reformou-se mais tarde, aos 59 anos.

César foi Ajudante de Comando dos Bombeiros Voluntários de Sintra. A formação foi obtida pela experiência prática e com o saber dos mais velhos. Foi também vice-presidente da Direção dos Bombeiros Voluntários de Sintra. Assistiu ao lançamento da 1ª pedra da igreja de S. Miguel enquanto bombeiro.

César esteve como dirigente nos escoteiros da AEP, no 93 de Sintra, já depois de casado, e apesar de estes escoteiros não serem confessionais, participava com eles em atividades paroquiais. Mais tarde foi convidado a participar no recém-criado agrupamento de escuteiros do CNE, o 1134 de Sintra, onde trabalhou com a alcaeteia durante alguns anos e por fim com os caminheiros.

César integrou-se mais na paróquia no tempo do Padre Carlos Jorge, colaborando em várias peregrinações e eventos teatrais, na luz e no som de palco. Sempre que há eventos no salão paroquial, o César assegura o apoio técnico necessário, cuidando também do material. Durante muitos anos integrou o coro da igreja de São Martinho, coro onde chegou a tocar viola o

compositor Ricardo Landum. Também foi leitor e colaborou nos lanches dos idosos na casa paroquial de São Martinho. Fez ainda parte da comissão de festas de Nossa Senhora do Cabo em S. Martinho (nas últimas e nas anteriores). Recorda que, com a esposa, também foram dos fundadores do Grupo Janela, que organiza os almoços de convívio e beneficência na igreja de São Miguel. E frequentou Cursinho de Crisandade 544.

Atualmente ainda faz parte do secretariado permanente do Conselho Pastoral e faz a revisão da contabilidade das paróquias, juntamente com o Rui Pereira.

Também passou pela Junta de Freguesia, onde foi secretário da assembleia e ainda vogal noutro mandato. Durante o mandato do Presidente da Câmara Fernando Seara esteve na Proteção Civil, como vice-coordenador. Atualmente está na direção da Liga dos Amigos "Os Avós" (LATI) que tem um centro de dia em Sintra, onde já tinha estado noutro mandato. Neste momento a LATI tem 50 idosos no centro de dia, outros 50 apoiados no domicílio, e esperam aumentar a capacidade porque neste momento têm pessoas em lista de espera e considera, o ideal, que as



peças possam estar em suas casas até que a saúde o permita.

César nos tempos livres também faz radioamadorismo há muitos anos.

Por esta breve entrevista percebemos que o César foi sempre um homem muito ativo e com gosto em servir a comunidade. Uma paróquia só pode ser viva e dinâmica com pessoas assim, dispostas a partilhar o seu tempo em prol do bem comum. Bem-haja por isso e que possa continuar por muitos anos com o mesmo dinamismo!

Espaço de Solidariedade da ACISJF-UPS

No passado dia 2 de janeiro abriu o "Espaço Solidário ACISJF/UPS" projeto que resulta de uma parceria entre a Unidade Pastoral de Sintra e a Associação Internacional ao Serviço da Juventude Feminina, localizando-se na loja 11 da Galeria Comercial na Rua Câmara Pestana, Frente ao Centro Cultural Olga de Cadaval e ao lado da Igreja de São Miguel, Sintra.

Quando celebramos o 1º mês de atividade contámos com a visita do nosso pároco, Padre Armindo Reis que nos deixou importantes palavras de estímulo. Registámos ainda a visita do Presidente da União das Freguesias de Sintra e outros elementos do executivo.

O "Espaço Solidário" coloca à disposição bens diversos, como vestuário, calçado, brinquedos e outros bens e equipamentos de utilidade doméstica, em muito bom estado ou novos, mediante o pagamento de um valor simbólico, ou, de forma gratuita a famílias fragilizadas

É um verdadeiro projeto de cidadania ativa que envolve um grupo de voluntárias da Unidade Pastoral, famílias e outras entidades que entregam na Igreja bens de que não necessitam. Esses bens são tratados, organizados e colocados

à disposição da população na loja da ACISJF ou mesmo oferecidos a outras entidades, como ocorreu recentemente com a entrega de cobertores e roupas quentes na Embaixada da Turquia, num singelo gesto de solidariedade entre a nossa comunidade e as populações daquele País tão duramente afetadas pelo terramoto.

Divulgue e participe, visitando o Espaço Solidário, como voluntária, doando bens...



CASA
Restaurante Petiscaria Bar

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

(Fecha à 3.ª feira)

Tel: 219 243 490



Para os mais pequenos

O OLHAR E O VER

Um dia, um mestre espiritual enviou o candidato a discípulo à montanha dizendo-lhe:

-Quero que aprendas a escutar a natureza.

Ele foi e, passado algum tempo, voltou para dar contas ao mestre do que tinha percebido.

Disse:

-Mestre, ouvi o piar dos pássaros, o latido de um cão e o ruído dos relâmpagos.

O Mestre disse-lhe:

-Não aceito essa resposta. Volta outra vez para a montanha pois ainda não estás preparado para ser meu discípulo.

Pela segunda vez, deu contas ao Mestre do que tinha percebido.

-Ouvi o ruído das folhas a serem mexidas pelo vento, e o cantar da água do rio em direção ao mar.

O Mestre disse novamente:

-Não, ainda não. Volta outra vez para a natureza e escuta-a.

Regressou pela terceira vez e disse:

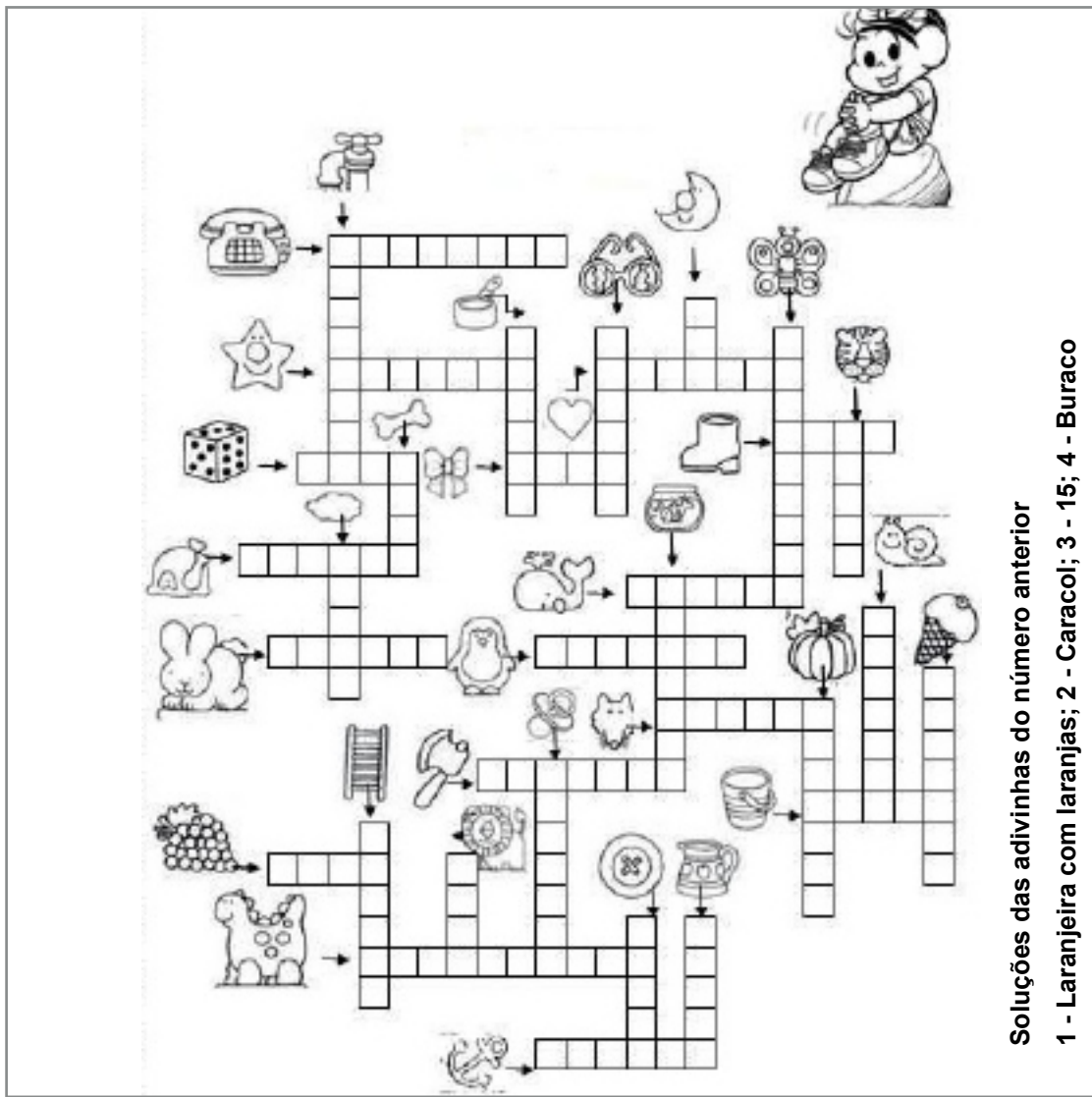
-Ouvi o palpitar da vida que irradiava o sol, o gemido das folhas a serem pisadas, o tremor das pétalas ao abrirem-se acariciadas pela luz.

O Mestre disse então:

-Agora, sim. És meu discípulo porque escutaste o que não se ouve

Não é a mesma coisa olhar distraidamente e contemplar. Quem olha superficialmente fica-se em exterioridades. Quem contempla, esse consegue fazer outra leitura da realidade. Verá o mundo com uns olhos novos.

"Pequenas histórias para saborear" Edições Salesianas



Soluções das adivinhas do número anterior
1 - Laranja com laranjas; 2 - Caracol; 3 - 15; 4 - Buraco

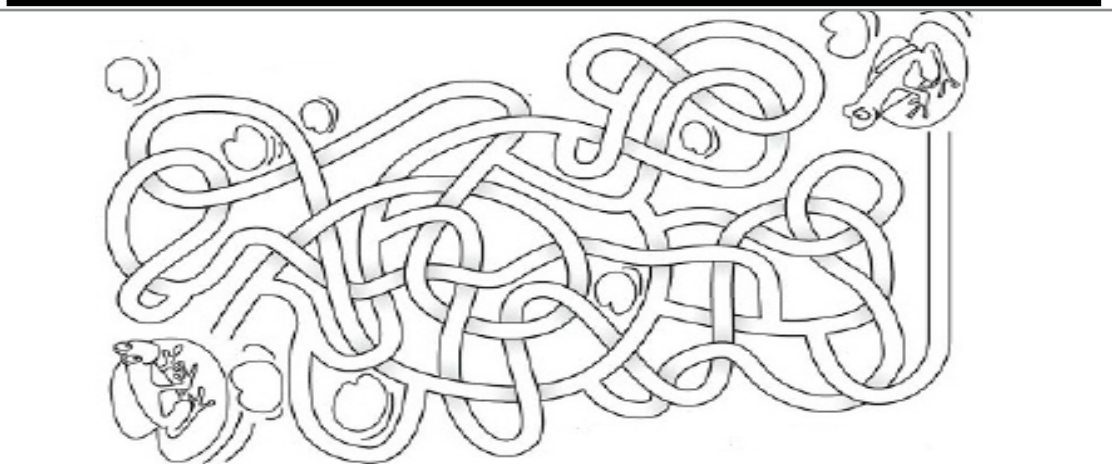


Imagem para colorir



Descobre as 10 diferenças



Sudoku - Puzzle

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



SÃO DOMINGOS SÁVIO

São Domingos Sávio nasceu em 2 de abril de 1842, no vilarejo chamado Riva, pertencente a Castelnuovo d'Asti, na Itália. Era um dos três filhos de Carlos Sávio, ferreiro, e Brígida Agagliate, costureira. São Domingos Sávio foi aluno de São João Bosco e toda a sua vida foi composta por uma busca de santidade segundo a fé católica.

Suas atitudes e devoção chamavam a atenção de todos. Ainda quando criança ia à igreja para rezar. Se o templo estivesse fechado, ele simplesmente se ajoelhava de frente à porta e ficava ali em oração até abrirem a igreja. Ele permanecia assim, na neve, na chuva, no sol, no calor e no frio.

Aos doze anos de idade São Domingos Sávio encontrou-se com São João Bosco e passou a fazer os estudos secundários, como eram chamados na época. Domin-

gos era inteligente, sempre com boas notas. Tocado pelo carisma de São João Bosco, e pelo ideal que se resumia na expressão "dai-me almas", Domingos Sávio quis, mais do que nunca, levar aos céus mais e mais pessoas. Por isso, ele fundou a Companhia da Imaculada Conceição. Várias vezes disse a Dom Bosco: "Quantas almas esperam o nosso auxílio na Inglaterra! Oh! Se eu tivesse forças e virtude, quisera ir agora mesmo, e com sermões e bom exemplo, convertê-las todas, a Deus".

Tomado pela tuberculose, voltou à casa dos pais, onde morreu serenamente em 9 de março de 1857, depois de ter recebido a santa unção e a comunhão das mãos do seu pároco que o visitou em casa. O jovem Domingos Sávio na flor da idade partiu para o encontro do Senhor, exclamando aos pais: "Adeus queridos pais. Estou tendo



uma visão linda! Que lindo!"

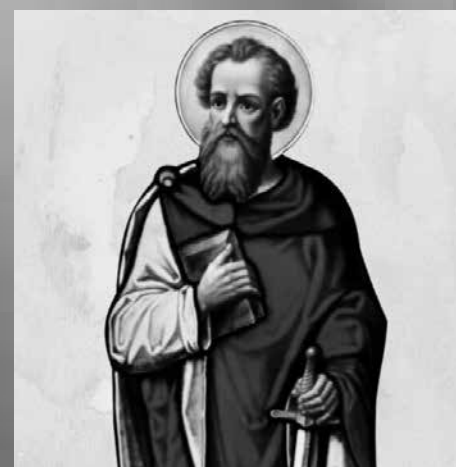
Domingos Sávio foi beatificado em 1950 e canonizado em 12 de junho de 1954 pelo Papa Pio XII. Ele é o padroeiro das grávidas, das pessoas que sofrem falsas acusações, dos jovens delinquentes e dos cantores do coro da igreja. A sua festa é celebrada no dia 6 de maio.

FORMAÇÃO BÍBLICA

São Paulo UMA IGREJA EM SAÍDA

Às 5ª feiras, às 21h, na igreja de São Miguel

Orientado pela Manuela Lacerda Tavares



Intenções do Papa

Março 2023



PELAS VÍTIMAS DE ABUSOS

Rezemos por quantos sofrem por causa do mal cometido por parte de membros da comunidade eclesial: para que encontrem na própria Igreja uma resposta concreta às suas dores e aos seus sofrimentos.



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 - Março 2023 - Ano A

	Dia 5	Dia 12	Dia 19	Dia 26	QUARESMA  "Quaresma é um tempo de especial graça, é tempo favorável para nos convertermos..."
	2.º DOM. Quaresma	3.º DOM. Quaresma	4.º DOM. Quaresma	5.º DOM. Quaresma	
Leitura I	Gen 12, 1-4a	Ex 17, 3-7	1 Sam 16, 1b.6-7.10-13a	Ez 37, 12-14	
	«Vocação de Abraão, pai do povo de Deus»	«Dá-nos água para beber»	«David é ungido rei de Israel.»	«Infundirei em vós o meu espírito e reviveréis»	
Salmo	32, 4-5. 18-19. 20 e 22	94, 1-2.6-7.8-9	22, 1-3a.3b-4.5.6	129,1-2.3-4ab.4c-6.7-8	
	«Esperamos, Senhor, na vossa misericórdia.»	«Se hoje ouvirdes a voz do Senhor, não fecheis os vossos corações»	«O Senhor é meu pastor: nada me faltará.»	«No Senhor está a misericórdia e abundante redenção.»	
Leitura II	2 Tim 1, 8b-10	Rom 5, 1-2.5-8	Ef 5, 8-14	Rom 8, 8-11	
	«Deus nos chama e ilumina»	«O amor de Deus foi derramado em nossos corações pelo Espírito Santo que nos foi dado»	«Desperta e levanta-te do meio dos mortos, e Cristo brilhará sobre ti»	«O Espírito d'Aquele que ressuscitou Jesus de entre os mortos habita em vós»	
Evangelho	Mt 17, 1-9	Jo 4, 5-42	Jo 9, 1-41	Jo 11, 1-45	
	«O seu rosto ficou resplandecente como o sol»	«Fonte da água que jorra para a vida eterna»	«Eu fui, lavei-me e comecei a ver»	«Eu sou a ressurreição e a vida»	

Serviço Pastoral e Litúrgico de Março 2023

MISSA DOMINICAL

SÁBADO (Vespertina)

16H30	Igreja de Galamares
16H30	Igreja de Manique de Cima (Missa ou Celebração Dominical - alternada)
18H00	Igreja de S. Pedro
18H30	Linhó (Capela das Irmãs Doroteias)
19H00	Igreja de S. Miguel

DOMINGO

09H00	Igreja de S. Mamede de Janas
09H00	Capela da Abrunheira
10H00	Igreja de S. Martinho (rito bizantino / Ucrainiano)
10H15	Igreja de Lourel
10H15	Capela da Várzea (Bairro da CHESMAS)
10H15	Igreja de S. Pedro
11H30	Igreja de S. Miguel
11H45	Linhó (Capela das Irmãs Doroteias)
12H00	Ramalhão (Capela das Irmãs Dominicanas)
17H00	Capela de Monte Santos (Ir. Clarissas)
19H15	Igreja de S. Martinho

MISSA FERIAI*

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
09H00					S. Miguel	Monte Santos
11H30	Monte Santos			Monte Santos		
12H00						Ramalhão
13H00				Hospital CUF		
17H00		Monte Santos	Monte Santos		Monte Santos	
18H00	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
18H15	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	
19H00	S. Miguel	S. Pedro	S. Miguel	S. Miguel		
19H30			S. Martinho (em Ucrainiano)			

* 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 – Quarta-feira da semana I

21.30h Ultreia em Cascais

Dia 2 – Quinta-feira da semana I

16.00h Enc. Oração de Renovamento Carismático

Dia 3 – Sexta-feira da semana I

09.30h Expo. SSmo. em S. Miguel
21.00h Vigília das Promessas em Sta. Eufémia

Dia 4 – Sábado da semana I

17.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel
19.00h Missa em S. Miguel – PROMESSAS CNE

Dia 5 – Domingo II da Quaresma

CNE – Eleição de Junta Central

Dia 8 – Quarta-feira da semana II

21.00h Reunião do Secretariado da Catequese
21.00h Conversas sobre Deus e a Igreja, no Linhó

Dia 9 – Quinta-feira da semana II

16.00h Adoração ao SSmo. Renov. Carismático
21.00h Reunião com os jovens crismandos
Reunião da direção do Agrupamento 1134

Dia 11 – Sábado da semana II

09.30h RETIRO QUARESMA DA UPS, em S. Miguel
Retiro das ENS - Setor Sinta C
17.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel
20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos

Dia 12 – Domingo III da Quaresma

15.30h Via Sacra Vicarial na igreja do Algueirão

Dia 14 – Terça-feira da semana III

Aniversário natalício de D. Joaquim Mendes
15.00h Missa no Lar do Oitão
17.00h Confissões no Linhó
21.00h Reunião de pais e padrinhos para Batismo

Dia 16 – Quinta-feira da semana III

10.00h Reunião do Clero da Vigararia
16.00h Oração do Renovamento Carismático
21.00h Reunião do Secr. Perm. do C. Pastoral

Dia 17 – Sexta-feira da semana III

Início de CPM da Unidade Pastoral de Sintra

Dia 18 – Sábado da semana III

Decorre o CPM da UPS

17.15h Confissões em Manique de Cima
17.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel

Dia 19 – Domingo IV da Quaresma

Encerramento do CPM da UPS

Dia 20 – Segunda-feira – S. JOSÉ (transferido)

Dia 21 – Terça-feira

16.00h Confissões na igreja de S. Martinho

Dia 22 – Quarta-feira da semana IV

16.00h Confissões no Lourel
21.00h Reunião Geral de Catequistas

Dia 23 – Quinta-feira da semana IV

15.00h Missa no Lar Asas TAP
16.00h Confissões na Várzea
21.00h CELEBRAÇÃO DA RECONCILIAÇÃO para toda a UPS, na igreja de São Miguel

Dia 24 – Sexta-feira da semana IV

17.00h Confissões na igreja de S. Pedro
21.00h Formação CNE adultos

Dia 25 – Sábado – ANUNCIAÇÃO DO SENHOR

Aniversário Natalício do Diác. Vasco d'Avillez
10.00h Retiro Vicarial do SayYes, Salão de S. Miguel
15.00h Confissões em Galamares
17.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel
20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos
21.30h Reunião do clero da UPS

Dia 26 – Domingo V da Quaresma

Início da Hora de Verão - adiantar uma hora
10.00h Confissões em Janas

Dia 28 – Terça-feira da semana V

15.00h Missa no Lar Cerejeira
16.00h Confissões na Abrunheira

Dia 31 – Sexta-feira da semana V

21.00h VIA SACRA da UPS: início na Correnteza

MÊS de ABRIL

1 Abr: Confissões para CATEQUESE, jovens e escuteiros, 10h

6/9 Abr: PÁSCOA DO SENHOR



O Pe. Jorge fez 52 anos, no dia 13 de Fevereiro. Que Deus o abençoe e lhe dê muitos e bons anos!

Hora de Verão

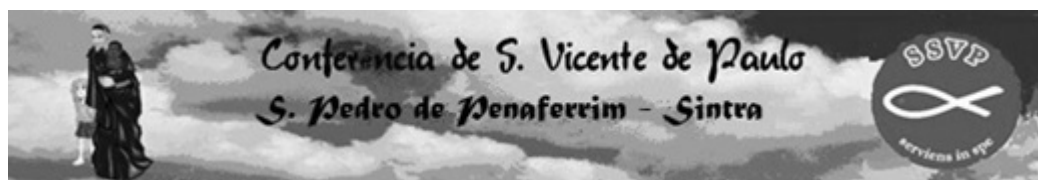
26 de Março

Adiantam-se 1h





Notícias dos Vicentinos



conf.vicentina.penaferrim@gmail.com Telf.- 910428587

Doutrina Social da Igreja

Continuação da Doutrina Social da Igreja

Excerto do Boletim Português da Sociedade S. Vicente de Paulo

(Julho-Agosto 2022)

Terceiro Princípio:

O Princípio de Associação e dignidade da pessoa.

“Deus Criou o ser humano à sua imagem, à imagem de Deus o criou. Homem e mulher Ele os criou” (Gen 1, 27)

A sociabilidade humana não é uniforme, mas assume múltiplas expressões.

O Concílio Vaticano II fala que; “para favorecer a participação do maior número na vida social, é preciso encorajar a criação de associações e instituições de livre escolha, com fins económicos, recreativos, profissionais, políticos, tanto no âmbito interno das comunidades políticas, como no plano mundial”.

Uma sociedade justa pode ser realizada somente no respeito pela dignidade transcendente da pessoa humana. Esta representa o fim último da sociedade, que a ela é or-

denada. Também a ordem social e o seu progresso devem subordinar-se constantemente ao bem da pessoa, visto que a ordem das coisas deve submeter-se à ordem pessoal e não o contrário. O respeito pela dignidade da pessoa não pode absolutamente prescindir da obediência ao princípio de considerar “o próximo” como “outro eu”, sem excluir nenhum, levando em consideração antes de tudo a vida e os meios necessários para mantê-la dignamente.

O Catecismo da Igreja Católica fala que “é necessário, portanto, que todos os programas sociais, científicos e culturais sejam orientados pela consciência do primado de cada ser humano”

Afirma também que “é impossível promover a dignidade da pessoa sem que se cuide da família, dos grupos, das associações, das realidades territoriais locais, por outras palavras, daquelas expressões agregativas de tipo económico, social, cultural, desportivo, recreativo, profissional, político às quais as pessoas dão vida espontaneamente e que lhes tornam possível um efetivo crescimento social”.

... Desde Leão XIII até aos nossos dias, os papas,

sempre nas suas encíclicas sociais, deram ênfase a dois tipos de associação igualmente importantes: a primeira é a associação sindical. Os sindicatos têm como objetivo regular a relação entre o trabalhador e o seu empregador. O objetivo principal é reivindicar o direito dos trabalhadores para que possam preservar e promover a sua estima moral e material.

A segunda é a empresa. O Papa S. João Paulo II dizia que a natureza da empresa não deve ser entendida como uma simples união entre capital e trabalho para produzir lucros, que é a visão do capitalismo, e nem como subordinação do trabalhador aos planos do Estado, que é a visão do comunismo.

“Hoje mais do que nunca, trabalhar é um trabalhar com os outros e um trabalhar para os outros: torna-se cada vez mais um fazer qualquer coisa para alguém”.

Quarto Princípio:

O Princípio da Participação.

“Nós cremos que as pessoas têm o direito e o dever de participar na sociedade, buscando juntos o bem co-

mun e o bem-estar de todos, especialmente dos Pobres e mais vulneráveis”.

Sem a participação, os benefícios disponíveis para um indivíduo por meio de qualquer instituição social não alcançam o objetivo. A pessoa humana tem o direito de não ser excluída da participação naquelas instituições que são necessárias para o desenvolvimento humano.

Este princípio aplica-se de maneira especial às condições relativas ao trabalho. “O trabalho é mais que um meio de ganhar a vida; é uma forma de participação contínua na ação criadora de Deus. Se temos de proteger a dignidade do trabalho, deve-se respeitar os direitos fundamentais dos trabalhadores – o direito a um trabalho produtivo, a um salário decente e justo, a organizar sindicatos e a filiar-se a eles, à propriedade privada, e à iniciativa económica”.

O trabalho é uma categoria fundamental, por meio da qual o homem em contacto com a natureza cria e produz os recursos necessários para as necessidades e desenvolvimento, pelos meios de produção que são os recursos necessários para a realização dele.

Uma minoria que detém os meios de produção e explora os que não têm esses meios, e existem pessoas que devido à pouca formação escolar e falta de informação lhes são negados até mesmo o direito ao trabalho. Estes últimos são uma parcela significativa dos assistidos da Sociedade S. Vicente de Paulo...

Sem o trabalho, o homem perde os meios de suprir as necessidades, fica privado do acesso a muitos recursos e da participação na vida social. O grande desafio para o Pobres e para a Sociedade de S. Vicente de Paulo, que defende os interesses dos Pobres, é criar e participar de espaços que defendam a função social do trabalho e dos meios de produção, trazendo os Pobres para esse debate, conforme preconiza a Doutrina Social da Igreja.

Recursos fundamentais como saúde, educação, habitação, lazer, alimento e trabalho, que hoje servem à lógica do mercado, da especulação e do lucro, devem ser objetos de debates de toda a sociedade, utilizando o poder público, a justiça e os espaços de participação social para que atendam a interesses sociais, melhoria das condições de vida, superação da miséria e outros problemas sociais.”

BENS DOADOS NO MÊS DE JANEIRO

Produto	Banco A.	Compras Cf	Doações	Total	Distribuido (A)	Distribuido (B)	Distribuido (C)	Distribuido (D)	Total Distrib
Açúcar	6			15	5	5	5	0	15
Arroz	63		6	245	14	12	12	21	59
Atum P	125		8	246	21	34	27	56	138
Atum M	2			8	4	0	0	2	6
Atum G				4	4	0	0	0	4
Azeite	18			41	0	0	0	0	0
Esparguete P	48			72	2	0	8	17	27
Esparguete G	4		1	35	11	10	3	2	26
Farinha	6			12	4	4	4	0	12
Frango				1	0	0	0	0	0
Legumi. Secas	6		6	24	8	5	0	6	19
Legumi. LG	10			52	7	4	17	14	42
Legumi. LP	72			73	0	0	2	0	2
Leite	126	400		601	105	81	69	138	393
Massa	40		3	86	0	0	9	21	30
Óleo	15			28	0	0	0	0	0
Ovos				10	0	0	0	10	10
Peixe				0	0	0	0	0	0
Salchichas	38			74	18	15	18	23	74
Massinha	12			32	10	9	13	0	32

A todas a famílias foi atribuído um cartão "Pingo Doce", o qual foi "carregado" com um valor entre 20 e 60€, de acordo com o escalão, no mês de dezembro e no mês de janeiro com um valor entre 10 e 30 €, razão pela qual, não foram distribuídos alguns alimentos.

Para além da distribuição referida no mapa acima, o "Gota a Gota" contribuiu com 198 litros de leite, 12 embalagens de fraldas, 65 embalagens de cereais pequeno almoço e 28 pacotes bolacha maria. Estes bens destinam-se às crianças das famílias por nós apoiadas.

O mundo à nossa volta

Rafael Antonio Prieto Mendieta.



Com a minha esposa Lucila, agradecemos a Deus, ao Pe Armindo, à redacção do jornal Cruz Alta por nos permitir participar na coluna de opinião O mundo a nossa volta, dirigida à Comunidade Católica de Sintra, também à família Novoa Rodríguez pelo apoio nesta estação da vida, à Escola de Secundária de Santa Maria por nos ter dado a conhecer Portugal e ensinado a língua portuguesa através dos seus cursos de Português Língua de Acolhimento, as nossas professoras a Conceição, a Anabela, a Amélia e o Diogo e toda a equipa humana da intuição que nos acolhem com muito carinho, a Fátima, aos meus colegas de outras nacionalidades, especialmente o Qing e a Hong, com quem compartilhamos este maravilhoso encontro de culturas com a Língua e a Cultura Portuguesa, a minha mãe, irmãos, filho, nossos sobrinhos e amigos colombianos que nos acompanham com suas orações neste caminho de amor e fé por um amanhã melhor.



COLUNAS DE AMOR, FÉ, ESPERANÇA E CARIDADE

Do 1 a 6 de agosto, Lisboa abrirá as portas ao encontro de jovens de todo o mundo com o Papa Francisco, na XXXVII edição da Jornada Mundial da Juventude da Igreja Católica, JMJ Lisboa 2023. Em si, é uma peregrinação, uma festa da juventude, é uma experiência evangelizadora da Igreja Universal que promove o encontro pessoal com Jesus Cristo e promove a paz, a união e a fraternidade entre os povos para a construção de um mundo mais justo e solidário.

A primeira cidade da Península Ibérica a celebrar a JMJ foi Santiago de Compostela em 1989 com o tema do Evangelho de São João (João 14.6) "Eu sou o caminho, a verdade e a vida", onze anos depois, Madrid com o tema «Arraigados e edificados em Cristo, firmes na fé» (cf. Col 2, 7). E a JMJ Lisboa 2023 está sendo preparada com o tema: "Maria levantou-se e partiu sem demora" (Lc 1,39).

Na Exortação Apostólica pós-sinodal *CHRISTUS VIVIT* do Santo Padre Francisco aos jovens e a todo o povo de Deus, ele nos convida a proteger, acolher e guiar nossos jovens no caminho do amor, da fé, da esperança e da caridade cristã, seguindo o exemplo da Bem-Aventurada Virgem Maria, que se entregou decididamente à inspiradora obra de acompanhar a jovem existência de seu filho Jesus Cristo.

Cito alguns parágrafos da Exortação do Papa Francisco, certamente irá inspirar ler o texto completo e levá-lo para a nossa vida diária:

Jesus, o eternamente jovem, quer dar-nos um coração sempre jovem. Assim no-lo pede a Palavra de Deus: «Purificai-vos do velho fermento, para serdes uma nova massa» (1 Cor 5, 7). Ao mesmo tempo convida-nos a despojar-nos do «homem velho» para nos revestiros do «homem novo» (Col 3, 9.10), do homem jovem.[1]E, quando quer explicar o que é revestir-se de esta juventude que «não cessa de se renovar» (3, 10), diz que significa ter «sentimentos de misericórdia, de bondade, de humildade, de mansidão, de paciência, suportando-vos uns aos outros e perdoadando-vos mutuamente, se alguém tiver razão de queixa contra outro» (3, 12-13). Isto significa que a verdadeira juventude é ter um coração capaz de amar. Pelo contrário, aquilo que envelhece a alma é tudo o que nos separa dos outros. Por isso mesmo conclui: «Acima de tudo isto, revesti-vos do amor, que é o laço da perfeição» (3, 14).

A Palavra de Deus diz que os jovens devem ser tratados «como irmãos» (1 Tm 5, 1), e recomenda aos pais: «Não irriteis os vossos filhos, para que não caiam em desânimo» (Col 3, 21). Um jovem não pode estar desanimado; é próprio dele sonhar coisas grandes, buscar horizontes amplos, ousar mais, ter vontade de conquistar o mundo, ser capaz de aceitar propostas desafiadoras e desejar contribuir com o melhor de si mesmo para construir algo superior. Por isso, insisto com os jovens para não deixar que lhes roubem a esperança, repetindo a cada um: «Ninguém esgarça da tua juventude» (1 Tm 4, 12).

Ao mesmo tempo, porém, recomenda-se aos jovens: «Sede submissos aos anciãos» (1 Ped 5, 5). A Bíblia sempre convida a um respeito profundo pelos idosos, porque abrigam um tesouro de experiência, experimentaram os êxitos e os fracassos, as alegrias e as grandes tribulações da vida, as esperanças e as desilusões, e, no silêncio do seu coração, guardam tantas histórias que nos podem ajudar a não errar nem enganar-nos com falsas miragens. A palavra dum idoso sábio convida a respeitar certos limites e a saber-se dominar a tempo: «Exorta igualmente os jovens a serem moderados» (Tit 2, 6). Não é bom cair no culto da juventude, nem numa postura juvenil que despreze os outros pelos seus anos ou porque são doutro tempo. Jesus dizia que a pessoa sábia é capaz de tirar do seu tesouro coisas novas e velhas (cf. Mt 13, 52). Um jovem sábio abre-se ao futuro, mas permanece capaz de valorizar algo da experiência dos outros.

O Evangelho fala-nos também dalgumas jovens prudentes que estavam prontas e vigilantes, enquanto outras viviam distraídas e adormecidas (cf. Mt 25, 1-13). Com efeito, é possível transcorrer a própria juventude distraído, planando à superfície da vida, dormindo, incapaz de cultivar relações profundas e entrar no coração da vida; deste modo, porém, prepara-se um futuro pobre, sem substância. Ou, pelo contrário, pode-se gastar a juventude cultivando coisas nobres e grandes e, assim, preparar um futuro cheio de vida e riqueza interior.

No contexto da JMJ Lisboa 2023, convido-vos a perguntar-nos: Que propósito Deus tem para os jovens peregrinos e para os jovens da nossa comunidade?, Por que é que Deus nos colocou no caminho destes jovens? E que impacto esperamos que este jornada tenha em nossas famílias e em nossa sociedade?

Certamente esta maravilhosa experiência servirá para ver e ouvir o clamor daqueles jovens peregrinos que em todo o mundo, dentro e fora de suas fronteiras, buscam a oportunidade de uma vida digna para cumprir seu dever e missão de vida; recebamo-los com empatia e afastemos-nos do mal que diariamente os perseguem, enganam e utilizam como instrumentos de consumo nas redes sociais, na sua comunidade e por vezes até na sua própria família.

Peçamos a Deus sabedoria para abordá-los, ouvi-los, compreender suas reflexões e atender suas necessidades. Desta forma, contribuiremos para fortalecer as colunas que sustentarão seus valores com amor e fé, os encheremos de esperança e os inspiraremos a praticar os princípios da caridade cristã, a renovar o legado daqueles que construíram as comunidades que acolherá os jovens peregrinos que assistirão à JMJ Lisboa 2023 e os peregrinos que todos os dias fogem do seu país de origem para qualquer nação, deslocados pela discriminação, falta de oportunidades, a violência e a guerra.

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: sao.miguel@paroquias-sintra.pt

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,
Luis Martins, Rafael Prieto.

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-publicidade@paroquias-sintra.pt

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense ::
:: MORELENA - PERO PINHEIRO ::

Tiragem deste número:
1400 exemplares

Biblioteca UPS

Isabel Pereira

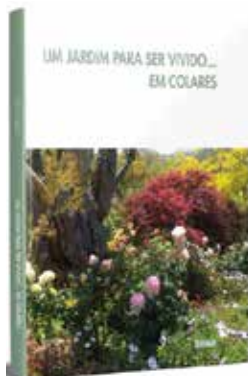
2023, Março. E a pausa de Carnaval passou! E é tempo para meditar um pouco, para pensar, para ouvir e escutar, e escutar o silêncio...

"Ler a Bíblia, ler um trecho, um ou dois trechos pequenos da Bíblia, são como pequenos telegramas de Deus que te chegam logo ao coração (...)" (Papa Francisco, Dez. 2022).

Livros escolhidos para o mês de **Março** e expostos na estante **dos Livros do mês**

*Conhecer Jesus. *A Bíblia e a Arte. * Natureza e Colares. *Um livro para todos.

1. **Um Homem que é Deus. Pessoa de Jesus/** António Augusto de Azevedo Pires, Un.Gráfica, 1954
2. **Tesouros artísticos da Bíblia/** Bruce Bernard, Verbo, 1988
3. **Um jardim para ser vivido em Colares/** João Sabido, 5Livros.pt, 2019
4. **Aventuras de João sem medo/** José Gomes Ferreira, Dom Quixote, 1989



Nota final: Na nossa biblioteca encontram-se disponíveis diversos exemplares da Bíblia, de diferentes editoras, alguns ilustrados e, também, entre outras obras relacionadas com a Bíblia, o "Vocabulário de Teologia Bíblica".

(O texto não respeita o novo Acordo Ortográfico)

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, 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 brasão no exterior de uma moradia próxima da igreja de Santa Maria de Sintra.

www.chao.de.oliva.com

PERIFERIAS

CHAO DE OLIVA

INESTÉTICA apresenta

ÓPERA

MANIFESTO NADA

Sociedade Filarmónica "OS ALIADOS" S. Pedro de Sintra

04 MAR > 21H30

INFO E RESERVAS 219 233 719

A RECEITA DA BILHETEIRA REVERTE PARA A CONFERÊNCIA DE S. VICENTE DE PAULO - S. PEDRO -

PROMOÇÃO: CHAO DE OLIVA, FINANCIAMENTO: PAROQUIA DE SINTRA, APOIO: PO2, JORNAL DE SINTRA, FETP, CITE de Sintra, Sintra Capital, Sintra Turismo, Sintra 2023, Sintra 2024, Sintra 2025, Sintra 2026, Sintra 2027, Sintra 2028, Sintra 2029, Sintra 2030, Sintra 2031, Sintra 2032, Sintra 2033, Sintra 2034, Sintra 2035, Sintra 2036, Sintra 2037, Sintra 2038, Sintra 2039, Sintra 2040, Sintra 2041, Sintra 2042, Sintra 2043, Sintra 2044, Sintra 2045, Sintra 2046, Sintra 2047, Sintra 2048, Sintra 2049, Sintra 2050.

QUERES SER VOLUNTÁRIO NA JORNADA MUNDIAL DA JUVENTUDE (JMJ) LISBOA 2023?

VENI AJUDAR A CONSTRUIR O MAIOR EVENTO DO MUNDO!





Inscrição para voluntário paroquial na JMJ

Inscrição como Família de Acolhimento a Jovens da JMJ

Ou no site da Unidade Pastoral de Sintra: <http://www.paroquias-sintra.pt/>



A FUNERÁRIA
SÃO JOÃO DAS LAMPAS
DE QUINTINO E MORAIS

35 Anos de Serviço com Competência e Honestidade



ATENDIMENTO
PERMANENTE
219 618 594
965 657 671

LOJAS
MEM-MARTINS
COLARES-MUCIFAL
TERRUGEM
SINTRA

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