



Cruz Alta



Janeiro 2024

Edição nº 215 - Ano XXI
Diretor: P. Armindo Reis

www.paroquias-sintra.pt

Distribuição Gratuita

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E PAZ

Mensagem do
Papa Francisco



Inteligência
Artificial e Paz
DIA MUNDIAL DA PAZ 2024

Encontro Cristão

Página 2



Semana dos
Consagrados

Página 4



Entrevista de Vida:
Adelaide Dinis

Página 10



Retiro Quaresmal Unidade Pastoral de Sintra 2024



25 de Fevereiro de 2024, S. Miguel
Orientado pelo Sr. Cardeal D. Manuel Clemente,
Patriarca emérito de Lisboa



Jornada Vicarial de
Liturgia - 13 janeiro

Página 16



Festa de Santa Maria
19h Missa
Igreja de Santa Maria





Editorial

José Pedro Salema

Como usar os talentos de Jesus

Quando terminou a Sua missão na terra, Jesus subiu ao Céu e juntou-se ao Pai.

No entanto, deixou-nos também uma missão, que consiste em dar continuidade ao Seu plano, difundindo os Seus ensinamentos, evangelizando.

Para tanto, deixou-nos a todos, à Sua Igreja, talentos riquíssimos, com os quais nos devemos comprometer e responsabilizar em prosseguir com o crescimento da Igreja. A começar nas nossas famílias, no mundo que nos rodeia, nas nossas comunidades.

Sou chamado constantemente a trabalhar os talentos que Cristo me deixou, a Sua Palavra, os

Sacramentos, a Caridade, a Justiça. Não posso ficar indiferente ao chamamento que Cristo me faz todos os dias, de O deixar utilizar-me para que Ele, através de mim, possa prosseguir a Sua missão, fazendo o Bem e dar o Seu exemplo, dar a vida pelos outros.

Não posso viver acomodado, indiferente ao sofrimento, à dor, à injustiça. E tanta gente ao meu lado à espera de um pouco de luz, da Luz que Deus deposita em mim, para iluminar alguma escuridão à minha volta.

Como posso sentir que sou verdadeiramente cristão, se não levo Cristo aos outros?

"Meu Deus, desperta em mim o ardor do Teu amor, para que eu nunca deixe adormecer no meu coração as Palavras de vida eterna que são Vida. Que eu, com a Tua ajuda, na minha vida e

especialmente na minha comunidade, seja sempre uma chama viva, que se entrega sem hesitações

ou receios, em serviço dos outros. Que eu contribua a ajudar a comunidade cristã a eliminar os obstáculos à plena comunhão, para que chegue o dia em que todos nos possamos sentar à mesma mesa, comer o mesmo pão e beber do mesmo cálice".



apud philip meadant THE PARABLE OF THE TALENTS, MATTHEW 25:14-30 JAN LUYKEN escult: harry knauff



Os Nossos Padres

Pe. Armindo Reis

Retrospectiva 2023

Terminámos mais um ano e não foi um ano qualquer...

É importante olhar para trás e refletir. Recordo alguns acontecimentos e situações que marcaram as nossas vidas:

- Restos da epidemia COVID 19 e inflação dos preços; aumento brutal dos preços da habitação e aumento da pobreza;

- Guerra na Ucrânia e no Nagorno Karabac; guerra em Israel e na Palestina; guerra na República Centro Africana, no Sudão e em tantos outros países africanos;

- Naufrágios frequentes no Mediterrâneo;

- Sismos na Turquia/Síria, em Marrocos e no Afeganistão;

- Relatório da Investigação interna pedida pela Igreja portuguesa sobre abusos sexuais nos últimos 70 anos;

- Jornada Mundial da Juventude em Portugal;

- Mudança de Bispo no Patriarcado de Lisboa;

- Queda do Governo com maioria absoluta;

- Aumento da temperatura média global 2 °C acima da era pré-industrial;



pouco os efeitos nefastos da pandemia e das suspeitas de abusos sexuais.

As investigações sobre as acusações de abusos foram em grande parte dadas como não provadas quer pelo Ministério Público, quer pelos tribunais diocesanos, seja por serem casos muito antigos já prescritos ou até os acusados falecidos, seja pelo anonimato de muitos dos acusadores de casos mais recentes, deixando a dúvida sobre a veracidade das acusações. Apesar disso, fica uma marca muito negativa de suspeição que a todos incomoda. A Igreja continua muito atenta a esta questão e a promover formação para que saibamos atuar diligentemente em situações futuras.

Valeu-nos a Jornada Mundial da Juventude, que foi de facto, um grande acontecimento para a Igreja Católica e para o nosso país. Mostrou que um país pequeno consegue organizar bem um mega encontro juvenil e que a Igreja Católica continua bem viva. Nas nossas paróquias e no país em geral, vemos os jovens mais motivados e comprometidos.

A JMJ foi um bom final de missão episcopal para o Cardeal Patriarca D. Manuel Clemente e abriu boas perspectivas para o novo Patriarca D. Rui Valério.

Desejamos que 2024 seja um ano com algumas soluções para os grandes problemas do mundo e com menos dramas do que 2023. Imploramos e contamos com as bênçãos de Deus!

Ao ver notícias, ficamos atormentados pelo constante relato de mortes nos vários conflitos armados em curso. A violência é tanta que já nos vai tornando insensíveis aos conflitos regulares. Mas, os mortos continuaram a somar-se também em naufrágios e terremotos. Boa parte dessas tragédias poderiam ser evitadas com o desenvolvimento desses países pobres.

Depois temos as alterações climáticas que, silenciosamente, vão minando o futuro de muitas regiões do mundo. Há esforços para diminuir a poluição, mas sabemos que ficam aquém do necessário.

Em Portugal, a inflação e o aumento do preço da habitação deixou muitas famílias em condição de pobreza e aumentam os sem-abrigo. Os cuidados de saúde públicos estão um caos e os mais pobres não têm acesso aos cuidados privados. A queda do Governo deixa-nos uma incógnita ainda maior sobre o futuro próximo...

Na Igreja tivemos em Portugal os efeitos positivos da Jornada Mundial da Juventude que vieram atenuar um



XIV ENCONTRO CRISTÃO

27 de janeiro 2024, 20:45, Centro Cultural Olga Cadaval, Sintra

DECIDIR AMAR

Decisões corajosas são talvez uma resposta a cartazes publicitários que nos desafiam a "apostar na diversão". Nestes tempos difíceis, num contexto de guerras generalizadas, iminentes catástrofes ecológicas e com o aumento do fosso entre ricos e pobres, será fácil ceder a convites alienantes de aproveitar o que ainda resta das coisas boas.

No dia 27 de janeiro, convidamos cada um a fazer outra aposta, que acreditamos ser muito mais frutuosa: Igrejas e comunidades cristãs unem-se às 20:45, no Centro Cultural Olga Cadaval, em Sintra, para celebrar em conjunto Jesus Cristo como foco da nossa vida, uma descoberta que confere à nossa existência um colorido, um brilho e um sentido diferentes.

Logo pelas 14 horas, os jovens encontrar-se-ão no Salão Paroquial da Igreja de S. Miguel, em Sintra, e juntos anunciarão pela vila de Sintra que há uma rota diferente para o nosso futuro que, sendo verdadeiramente difícil, é também um sonho possível, que ganha consistência neste "DECIDIR AMAR".

As inscrições estão abertas no site Encontro Cristão, encontrocristao.pt, (máximo de cinco reservas, a confirmar 48 horas antes do evento).



IGREJA NA VÁRZEA DE SINTRA EM CONSTRUÇÃO – NOTÍCIAS DA OBRA!

Pe. Armindo Reis

A construção da Igreja da Várzea de Sintra esteve este mês um pouco parada e continua em fase de rebocos exteriores.

Agradecemos ainda todas as ofertas em dinheiro que recebemos no último mês, nomeadamente as seguintes valores:

Anónimo – 300,00€

Anónimo – 10,00€

Espaço Solidário – 200,00€

I.L.P. – 100,00€

M.J.C.S.V. – 30,00€

I.M.R. – 45,00€

M.T.C.V.T. – 2.000,00€

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. 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.



Futura igreja da Abrunheira – notícia dos donativos!

Pe. Armindo Reis

A Comunidade da Abrunheira, da Paróquia de São Pedro de Penaferrim, anseia por uma igreja há mais de 50 anos. Depois de termos celebrado a Missa em fábricas e escolas, em 2014 inaugurámos a cave da futura igreja, que será capela mortuária e salão, mas que por agora serve também de capela para a celebração da Eucaristia

dominical. O novo projeto da igreja a construir por cima da cave está aprovado pela Câmara Municipal de Sintra e estaríamos prontos a começar se tivéssemos uma verba razoável, mas por enquanto estamos apenas a avaliar se conseguiremos edificar numa 1ª fase, a parte estrutural do edifício. Entretanto vamos tentando angariar fundos. Te-

mos recebido alguns donativos, entre os quais destacamos os mais recentes:

Anónimo – 50,00€

Tarde de Sopas – 420,00€

Mealheiro – 97,80€

Ofertas pelo café – 300,00€

MAFEP – 1000,00€

Quem quiser contribuir para a construção da igreja da Abrunheira poderá fazê-lo através do IBAN do Novo Banco: PT50 0007 0000 1233 8700119 23



Obras nas igrejas de São Martinho e de Santa Maria

Pe. Armindo Reis

A Igreja de São Martinho está a precisar de avultadas obras de manutenção do telhado e de restauros no interior. O telhado acumula folhas das árvores em volta da igreja, que estão com uma altura exagerada, causando o crescimento de vegetação, que por sua vez provoca infiltrações. O maior problema é a altura da igreja que dificulta o acesso aos telhados.

Apesar disso foi feita uma reparação localizada agora em Dezembro de 2023, depois de uma anterior em Agosto de 2020. Certamente que em breve voltaremos a ter problemas noutras áreas, porque todos os beirados estão cheios de vegetação. Infelizmente, apesar de a igreja ser património cultural, não temos qualquer apoio do Estado para a sua manutenção e os

recursos próprios desta Paróquia são muito reduzidos. Vamos tentar encontrar soluções o mais económicas possível para evitar a perda de um património histórico tão valioso. Também no interior da igreja há um painel de azulejos em risco de derrocada e pintura mural muito degradada, mas apesar de já termos pedido apoios para o restauro, não nos foram concedidos.

A igreja de Santa Maria também está com infiltrações no telhado, mas os problemas de falta de apoios são os mesmos. Já fizemos várias reparações localizadas, mas é urgente uma reparação mais profunda.

Esperamos que os responsáveis pela cultura venham a reconhecer a importância do património religioso de Sintra.



PARÓQUIA RENOVA CAMPA DOS ANTIGOS PÁROCOS, OS PADRES TEIXEIRA DE AZEVEDO

Pe. Armindo Reis

Novembro é o mês dos Fiéis Defuntos e a altura em que mais se cuida dos cemitérios. É uma importante devoção para com os nossos familiares e amigos defuntos, cuidar das suas campas e rezar junto delas. A Paróquia de Santa Maria e São Miguel de Sintra é proprietária de uma campa no Cemitério de São Marçal, onde estão sepultados os dois irmãos padres Carlos e Amaro Teixeira de Azevedo, que foram Párcos de São Martinho, de Santa Maria e São Miguel e de São

Pedro de Penaferrim.

A campa foi restaurada em Novembro com a limpeza da pedra e colocação de novas fotografias. (Agradecemos a gentileza à Agência Quintino e Morais).

P. Carlos Augusto Teixeira de Azevedo: Nasceu a 1875-11-04; Ordenado a 1900-07-22; Faleceu a 1955-02-18; Estudou no Seminário de Santarém. Funções: coadjutor de Almeirim; capelão da Misericórdia de Sintra; coadjutor de S. Martinho (Sintra); pároco de S. Pedro (Sintra), S. Maria



(Sintra), S. Martinho (Sintra); vigário da Vara de Sintra; co-fundador da Associação de Caridade de Sintra.

P. Amaro Henriques Teixeira de Azevedo: Nasceu a 1876-11-13; Ordenado a 1900-07-22; Faleceu a 1951-07-05; Estudou no Seminário de

Santarém. Funções: pároco de Samouco; coadjutor de Alcochete; pároco de Sintra Rezemos por suas almas!



Fabrico e Comércio de Todo o tipo de Estores

Recta da Granja, Lote 6
2725-118 Algueirão

Tel:219265110 fax:219265119
www.estoresbandarra.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).

Lídia – Mulher da cidade de Filipos que acolhe a pregação de Paulo (Act 16, 11-15).
Listra – Cidade donde escapam os crentes depois do motim que ocorre em Icónio (Act 14, 1-7).

Litostrotos – «Empedrado». Em hebraico «gábbata». Pátio onde Pilatos tenta absolver Jesus (Jo 19, 13).

Logia/Logion – «Palavras, palavra», em grego. Em contexto bíblico pode significar fontes utilizadas pelos hagiógrafos para compor um livro.

Logos – «Palavra, pensamento», em grego. O evan-

gelho de S. João chama Logos ao Filho de Deus (Jo 1, 1-9).

Loida/Loide – Avó de Timóteo (2 Tm 1, 5).

Lot – Filho de Harran (Gn 11, 31). Acompanha Abraão e depois separa-se dele (Gn 12 e 13).

Louvor – Oração que na Bíblia tem sentido de agradecimento e bênção a Deus em reconhecimento de todos os benefícios concedidos ao homem.

Lucas – «Brilhante, resplandecente». Autor do evangelho segundo S. Lucas e dos Actos do Apóstolos. Pagão conver-

tido, médico de profissão (Col 4, 14), acompanha S. Paulo (Act 16, 10-17; 20, 5-15; 2 Tm 3, 9-12).

Lúcifer – «Portador de luz». Nome dado ao diabo (Is 14, 12; Lc 10, 18).

Macabeu – «Martelador». é assim que é apodado Judas, o filho de Matatias (1 Mac 1, 1-2) pelo entusiasmo com que luta por Israel. Os livros dos Macabeus pertencem aos deutero-canónicos.

Macedónia – Região do norte da Grécia. Paulo esteve ali, a primeira vez depois de um sonho (Act 19, 9-10).

Macpela/Makpelá – Cova comprada por Abraão para sepultar a sua mulher Sara (Gn 23, 1-20).

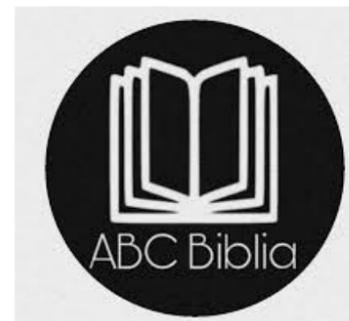
Madianitas – Habitantes de Madián (Ex 2, 15-21; 3, 1; 18, 13-27).

Magdala – «Torre de pescadores». Cidade de Maria Madalena.

Magnificat – «A minha alma enaltece ao Senhor.» Canto de Maria (Lc 1, 46-55).

Magos – Sábios vindos do Oriente (= de fora do povo judeu) para adorar o recém-nascido (Mt 2, 1-12).

Malaquias – «Mensageiro do



Senhor». Último dos profetas menores. O livro de Malaquias é o último do grupo profético.

Malta – Ilha do Mediterrâneo. Ver: Act 28, 1-10.

Mambré – Lugar onde Abraão assenta a sua tenda e levanta um altar, em Hebrón (Gn 13, 18; 18, 1; 35, 27).

Semana da Vida Consagrada

Irmãs Clarissas - Sintra

“A nossa vocação é o maior de todos os benefícios que recebemos e, diariamente, continuamos a receber do nosso benfeitor, o Pai das misericórdias, pelos quais devemos render infinitas graças.”

Assim começa o **Testamento de Santa Clara de Assis**, dirigido às suas Irmãs.

Ela corresponde plenamente a esse dom e legou-nos o seu testemunho de vida, que a todos desafia ao longo dos séculos.

Fiel discípula de S. Francisco de Assis, procurou **encarnar**

o **Santo Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo** e propô-lo como forma de vida à sua Ordem.

A Família Franciscana está a celebrar os 800 Anos da **Aprovação da sua Regra**. Neste percurso, muitos homens e mulheres se santificaram e passaram ao mundo a mensagem, o carisma e os valores de Francisco de Assis, que se tornam imortais, porque assentam no Evangelho.

Também estão a decorrer os **800 Anos do Presépio Franciscano**, o primeiro que se realizou no mundo, promovi-

do por S. Francisco, no seu intenso desejo de reviver o Mistério de Belém.

Naquela noite de Natal de **1223**, a montanha estava iluminada pelos cirios, a multidão entoava cânticos de louvor, a **manjedoura** foi o altar para a **Eucaristia**; S. Francisco proclamou o Evangelho abrasado de amor... Tudo era júbilo, ternura e encanto! Os corações deixaram-se tocar pela **presença real de Cristo**; e os milagres aconteceram!...

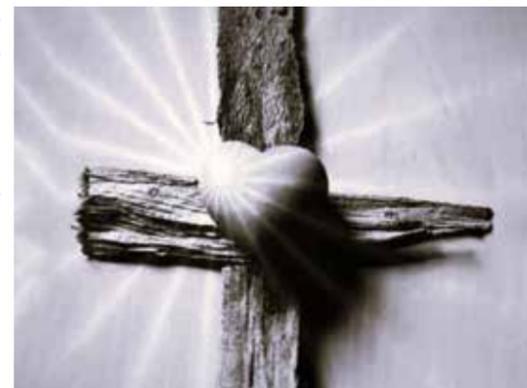
A comemorar este acontecimento o Papa Francisco

concedeu **Indulgência Plenária** a todos aqueles que, numa **igreja ou capela franciscana**, diante do Presépio, meditassem no Mistério da Encarnação e ali rezassem devotamente.

Esta graça teve início no dia 8 de Dezembro de 2023 e prolonga-se até ao dia 2 de Fevereiro de 2024.

A nossa Capela beneficia deste privilégio, a não perder! Esperamos a vossa presença. Juntos, suplicaremos o dom da Paz, da Unidade, e o aumento de vocações dispostas a servir a causa do Senhor, numa vida de total amor!

Como clarissas / contempla-



tivas, em permanente adoração, sabemos que vale a pena e é fascinante!

Passadas as crises atuais, instaladas no mundo, o Senhor dará à Sua Messe operários abundantes que implantem o Seu Reino segundo o sonho de Deus para a Humanidade. É isto que teremos presente na Semana da Vida Consagrada.

“Está nas nossas mãos”

“Está nas nossas mãos”, foi esta a mensagem que o nosso Agrupamento de escuteiros nos deixou, em mais uma iniciativa do acolhimento da Luz de Belém a 15 de dezembro.

Este ano e devido à guerra que decorre em Israel, esta luz chegou vinda da Áustria, acesa por uma criança palestina, no sítio onde nasceu Jesus, em Belém. Está nas nossas mãos espalhar esta luz, mas acima de tudo espalhar a Paz.

Está nas nossas mãos colocar em prática as intenções deixadas durante esta vigília, que passam por cuidar e olhar pelo próximo, mantendo a paz.

Que estas orações cheguem, não só a todas as pessoas da nossa comunidade, mas a todas as pessoas do mundo.

Deixo um obrigado ao Agrupamento e aos nossos Párocos, por acolherem mais uma vez esta bonita iniciativa, que nos deixam a todos de coração cheio.



M A F E P
segurança contra Incêndios

O SEU NEGÓCIO PROTEGIDO E CUMPRINDO A LEGISLAÇÃO

- # Sinalização de Emergência
- # Extinção Automática
- # Detecção de Incêndio
- # Extintores

www.mafep.pt





Consultório Médico
Miguel Forjaz, Médico

Doenças da Pleura

A pleura é uma membrana delgada e transparente que envolve os pulmões. A parte externa é a pleura visceral e a interna a parietal. O espaço existente entre elas é a cavidade pleural onde existe uma ligeira quantidade de líquido natural que humedece esse espaço, deslizando uma sobre a outra de forma uniforme a cada movimento respiratório.

Várias doenças ou situações podem afetar a pleura, como por exemplo a entrada de ar, ou vários tipos de líquidos ou substâncias que podem estar anormalmente presentes dentro destas camadas da pleura. Três são as situações que, frequentemente, podem originar doenças na pleura. São elas a pleurisia, o derrame pleural e o pneumotórax.

A PLEURISIA é uma inflamação da pleura provocada geralmente por uma bactéria ou um vírus. Pode ser seca ou exsudativa, com derrame (líquido) que pode ser muito pouco significativo como pode preencher

um ou os dois pulmões e ser, neste caso, muito grave, com eventual colapso dos pulmões. Muitas causas podem estar na origem da pleurisia, como a pneumonia, a tuberculose, o cancro, um traumatismo com ou sem fratura de costelas e outras doenças mais raras. O sintoma habitual é a dor no tórax que pode ser de intensidade variada, muitas vezes ligada à tosse ou aos movimentos respiratórios. Pode existir dificuldade respiratória se o derrame for extenso. Para o diagnóstico, a auscultação e a radiografia do tórax confirmam o diagnóstico. O tratamento depende da causa que a origina. Claro que uma pneumonia com pleurisia é um quadro mais complexo que a simples pneumonia.

O DERRAME PLEURAL é a acumulação anormal de líquido na cavidade pleural. Vários tipos de líquido se podem acumular na cavidade pleural como sangue, pús, tecido leitoso linfático, plasma e outras substâncias. O sangue na cavidade

pleural que dá pelo nome de hemotórax, é provocado geralmente por uma ferida traumática, por ruptura de um vaso sanguíneo. Se não existiu traumatismo, outras doenças como um tumor ou uma doença da coagulação sanguínea são uma hipótese. Quando há pus na cavidade pleural (empiema) a causa é uma infeção secundária a uma pneumonia ou abscesso pulmonar. Os sintomas típicos independentemente da causa do derrame pleural são a falta de ar e a dor no peito que podem até não existir se o derrame for pequeno. A radiografia do tórax revela a presença de líquido que pode estar presente nos dois pulmões ou só num. A TAC pode dar mais informações diagnósticas e, muitas vezes, torna-se necessária a aspiração para análise de uma amostra de líquido, método que se chama toracocentese. Permite observar o tipo de líquido e analisar o conjunto de células presentes no líquido em causa, inclusive despistar células cancerígenas.

A biopsia da pleura, caso a situação se encontre ainda por esclarecer, terá de ser realizada. De entre as causas de derrame pleural destacam-se a insuficiência cardíaca, a cirrose hepática, a pneumonia, a tuberculose os tumores malignos, a embolia pulmonar, os traumatismos do tórax entre outras causas. O tratamento depende da causa subjacente. Os grandes derrames que provocam falta de ar devem ser drenados com punção aspirativa, aliviando o doente, como medida básica. Quando se deteta um tumor na pleura geralmente é um mesotelioma ou raramente uma metástase. O mesotelioma está ligado à exposição do asbesto (amianto) em 70% dos casos.

O PNEUMOTÓRAX é a acumulação de ar na cavidade pleural. Quando se forma sem causa aparente chama-se espontâneo e primário, geralmente num jovem do sexo masculino, localizado num pulmão, mais frequentemente o direito,

dando dor súbita e falta de ar. E é causado geralmente por uma pequena rutura de uma pequena zona mais debilitada do pulmão. A toracocentese pode provocar involuntariamente um pneumotórax. A pressão na cavidade pleural é inferior à pressão interna dos pulmões. Quando o ar penetra na cavidade pleural o pulmão sofre um colapso total ou parcial, donde a dor e falta de ar súbita. A pressão na pleura torna-se maior do que a pressão interna dos pulmões. O pneumotórax espontâneo secundário pode surgir em doentes portadores de doença crónica como o enfisema e uma bolha de enfisema pode romper. Os sintomas variam dependendo da quantidade de ar que entra na cavidade pleural. O RX. do tórax é muito informativo e o tratamento baseia-se na drenagem através de um tubo ligado a um sistema de drenagem selado que faz expulsar o ar existente, método com bom resultado terapêutico, não deixando sequelas. ■



Uma Aventura na Expedição

Escuteiros - Expedição 128 - S. Jorge - Agrupamento 1134 - Sintra

A Expedição do Agrupamento 1134 termina este fim-de-semana a sua primeira Aventura do ano. Os nossos valentes Exploradores encarnaram vários personagens do filme 'Monstros e Companhia' numa tentativa de devolver a Boo, ao mundo dos humanos.

Para fugir dos humanos e dos outros Monstros que perseguiram a Boo, os nossos exploradores passaram os últimos dois meses a trabalhar técnicas de sobrevivência e de camuflagem.

O primeiro acampamento do ano para a Expedição, no final de Outubro, foi especialmente importante para formação. Os Exploradores aprenderam ou lembraram os elementos básicos de um acampamento, desde a escolha do local onde montar campo, trabalhar com material de corte, aprender a fazer nós e ligações e começar a trabalhar com camuflagem e fogueiras, algo que iriam desenvolver muito no acampamento final da Aventura.

No mês seguinte o objetivo foi pôr mãos à obra para passar de introduções e formações à prática. Os nossos Exploradores tiveram mais tempo para se debruçar sobre construções e outras técnicas de campo, e ainda uma atividade de Patrulha inteiramente desenvolvida por eles. Algumas Patrulhas aproveitaram essa atividade para treinarem técnicas das quais não estavam tão confiantes.

Tudo isto culminou no fim-de-semana de 8 a 10 de Dezembro, no qual, estava na hora de mostrar o que tinham aprendido. Apesar das dificuldades, a nossa Expedição pôs em prática o que aprendeu das técnicas de camuflagem e de cozinha selvagem, inclusive cozinhar em fogareiros (e que envolveu muita madeira).



No final do Fogo de Conselho, na noite de sábado, a Boo foi finalmente devolvida ao mundo dos humanos e o vilão Randall foi derrotado com panelas de água quente aquecidas em fogueiras. Despedirmo-nos da Boo não foi fácil, mas a última atividade do trimestre prometeu uma última visita... ■



Agora é mais fácil ir às suas rotinas de saúde, ao aeroporto, às viagens de negócios e voltar para casa.

Taxi
Sintra Rural
965 234 393
Serviço na hora e por marcação



email: taxsintrarural@gmail.com
<https://www.facebook.com/taxsintra.rural>



Boas Festas!



PAZI! LUZI! AMOR!
ESPERANÇA! ALEGRIA!
CONFIANÇA! FÉ!

O grupo Gota a Gota existe na paróquia há 25 anos. Nasceu de uma ideia «fantástica» de um pequeno grupo de paroquianos atentos às dificuldades de famílias com crianças pequenas. Elas precisavam de cuidados especiais, como o leite de bebé, leite, papas, fraldas, etc.

Os anos passaram, mas não as dificuldades destas famílias. Outras se juntaram, pessoas sozinhas, idosos, emigrantes, pessoas sem abrigo; e hoje, dezembro de 2023 e no seguimento da preocupação dos nossos antecessores, acolhemos na segunda sexta-feira de cada mês, 60 famílias, no total 185 pessoas, para distribuir um cabaz alimentar e de bens essenciais.

Acolhemos onde? No salão paroquial. Sim! Na nossa Igreja de São Miguel! Durante três dias transformamos as instalações num local organizado para confeccionar os cabazes. Somos um pequeno grupo de voluntários, com vontade de fazer o BEM e esse BEM, fazê-lo num ambiente de alegria e amizade para satisfazer cada família.

Muitos dos produtos são doados por particulares, colégios, empresas, instituições privadas ou públicas e o Banco Alimentar. Com os donativos podemos adquirir produtos para as crianças mais novas, para os idosos, ajudar numa dificuldade pontual, como o pagamento da conta da água, eletricidade, gás, medicamentos, etc.

AGRADECEMOS A TODOS VÓS!! Na esperança de tornar a vida melhor das famílias acolhidas e com confiança em Cristo para continuar, desejamos a todos:

PAZI! LUZI! AMOR! ESPERANÇA! ALEGRIA!
CONFIANÇA! FÉ!
BOAS FESTAS!!



Gota a Gota

Grupo de Ação

Social



Artigos doados em 2023

Artigos	jan.	fev.	mar.	abr.	mai.	jun.	jul.	ago.	set.	out.	nov.	dez.	Total
Fraldas Nº1	3	3	0	0	4	3	3	3	3	0	0	2	24
Fraldas Nº2	3	5	4	2	2	2	4	2	0	0	0	0	24
Fraldas Nº6 (Dodot)	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Fraldas Nº3	5	5	5	5	2	2	6	2	4	5	8	5	54
Fraldas Nº4	18	15	6	8	11	10	12	8	8	8	8	8	120
Fraldas Nº5	10	12	21	21	21	18	17	13	12	14	12	12	183
Fraldas Nº6	16	16	21	25	26	25	36	14	26	26	26	19	276
Fraldas adultos S	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fraldas adultos M	3	2	2	2	2	2	4	0	2	2	2	2	25
Cueca adulto M	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fraldas adultos L	5	6	6	6	6	6	7	6	6	9	6	7	76
Cueca adulto L	0	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	41
Toalhas	31	31	37	34	33	33	32	30	30	31	31	30	383
Óleo Johnson	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Sabonete	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	6	10
Gel Banho	8	60	8	8	0	60	0	3	0	4	0	4	155
Shampoo + Gel	18	21	18	15	16	14	18	15	0	60	16	12	223
Shampoo e Condicionador	20	12	0	6	0	5	0	0	16	16	0	6	81
Dentífrico	0	0	0	0	0	3	0	0	6	4	0	5	18
Desodorizante	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	25
Papel Higiénico	25	24	22	22	22	19	21	20	19	19	19	19	251
Bolacha Maria/Torrada	110	99	87	86	94	85	121	50	85	88	88	86	1078
Aptamil/Nan Nº 1	1	2	1	1	2	2	0	1	1	0	3	3	17
Aptamil/Nan Nº 2	2	2	2	2	2	2	5	3	4	4	3	4	35
Aptamil/Nan Nº 3	1	1	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	6
Aptamil/Nan Nº 4	2	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	47
Aptamil/Nan Nº 5	2	4	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	12
Fruta Pack 4 boiões	14	12	7	9	12	12	72	8	10	12	12	12	192
Flocos Cereais / Mel	18	18	22	80	74	72	110	34	65	65	65	64	687
Farinha Láctea (Corelac)	73	74	79	74	74	23	32	16	55	22	22	24	468
Cereais/Corn Flakes	48	53	60	60	57	53	71	39	22	56	54	53	626
Chocapic	17	12	15	12	18	12	16	15	18	22	36	15	208
Atum	149	147	138	138	158	144	139	147	145	150	155	151	1761
Salsichas	149	147	133	138	158	144	139	147	145	150	155	151	1756
Tomate	9	4	2	3	2	2	3	2	2	2	8	3	42
Cogumelos	5	3	2	3	2	8	3	2	2	2	2	4	38
Massa	55	60	55	58	55	56	57	58	57	59	60	59	689
Esparguete	55	60	57	58	55	56	57	58	57	59	60	59	691
Arroz	105	60	55	116	110	112	114	116	114	120	120	118	1261
Grão e Feijão	126	120	112	116	110	112	114	116	114	120	120	118	1398
Azeite	14	60	56	12	55	14	57	12	55	10	62	6	413
Óleo	55	0	0	58	10	56	0	58	2	62	6	59	366
Leite c/Chocolate (200ml)	18	18	12	12	12	12	12	12	125	12	12	18	275
Leite UHT Meio Gordo L	864	870	798	828	840	840	1008	600	780	786	796	944	9954
Açúcar	55	60	53	58	55	56	57	58	57	59	60	59	687
Nescafé descafeinado	24	18	19	18	18	18	18	15	15	16	18	14	211
Chocolate em pó	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	13
Chá	8	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
Calé	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
Leite magro	12	12	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	84
leite S/Lactose	12	72	42	42	42	42	42	42	48	48	48	42	522
Congelados	330	143	345	216	210	298	120	72	285	360	280	135	2794
ParmaLat	350	0	324	340	280	144	0	0	0	300	0	240	1978
Diversos 1**	55	0	0	0	60	0	0	0	70	0	0	0	185
Diversos 2**	55	0	0	0	180	350	0	0	0	0	0	0	585
Diversos 3***	0	0	0	0	0	0	0	300	0	0	300	73	673
Diversos 4****	0	0	0	0	0	0	0	0	70	0	0	66	136
Total:	2993	2359	2646	2664	2862	2945	2546	2115	2483	2871	2691	2739	31914
Banco Alimentar Kg	1002,4	947,49	868,30	859,60	818,86	674,10	814,10	788,10	885,27	1182,00	883,00	833,70	10556,92

*] Coca Cola
 **] Chourico, Farinheira e morcela
 ***] Gelado/Basilha
 ****] Bolo Chocolate

Apoio a Famílias Carênciadas



O projeto desenvolvido pelo Rotary Club de Sintra, para Gota a Gota-Grupo de Ação Social, apoiado pela **Fundação Rotária Portuguesa**, foi delineado para apoiar Famílias da UPS "F. da Igreja Paroquial da Freguesia de Santa Maria e São Miguel de Sintra", no contexto da área de ação "Combate à Fome e à Pobreza".

O objetivo da parceria foi o de apoiar o Gota a Gota - Grupo de Ação Social onde todos os dias chegam novas solicitações de ajuda, principalmente alimentares.

O Gota a Gota-Grupo de Ação Social está a ajudar 60 Famílias com 91 adultos e 58 crianças, mais 34 crianças da Conferência São Vicente de Paulo de São Pedro Penaferrim. A título de exemplo, neste momento o Gota a Gota-Grupo de Ação Social entrega por mês 900 litros de leite.

Atualmente o Rotary Club de Sintra mantém a sua ação na Comunidade, em particular apoiando Famílias carenciadas e em situação de crise, bem como, outras instituições que promovem projetos de apoio à Comunidade, mantendo o espírito de solidariedade que caracteriza o movimento Rotário.



Rotary Club de Sintra



FABRICA DAS VERDADEIRAS QUEIJADAS DA **SAPA** DA CINTRA

SAPA

Cont. N.º 508 172 187

DOÇARIA REGIONAL composta de açúcar, queijo, farinha de trigo, ovo e canela.

QUEIJADAS DA **SAPA** CINTRA
 Volta do Ducho, 12
 Tel. 219230493
SINTRA
 PORTUGAL

COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

R. João de Deus, 62 (traseiras da estação da C. P.)
 2710 SINTRA
 Telf.: 21 923 4278



Ensinamentos da Igreja

Pe. Jorge Doutor

A necessidade de uma formação litúrgica séria e vital (cont.)

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

Ars celebrandi (cont.)

57. Para que este serviço seja bem feito — aliás, com arte! — é de fundamental importância que o sacerdote tenha a consciência viva de ser, pela misericórdia de Deus, uma presença particular do Senhor ressuscitado. O ministro ordenado é ele próprio um dos tipos de presença do Senhor que torna a assembleia cristã única, diferente de qualquer outra assembleia. (cf. Sacrosanctum Concilium, n. 7) Este fato confere peso “sacramental” (em sentido amplo) a todos os gestos e palavras de quem preside. A assembleia tem o direito de poder sentir naqueles gestos e palavras o desejo que o Senhor tem, hoje como na Última Ceia, de comer a Páscoa connosco. Então, o Senhor ressuscitado está no papel principal, e não as nossas próprias imaturidades, assumindo papéis e comportamentos que simplesmente não são apropriados. O próprio sacerdote deve ser dominado por este desejo de comunhão que o Senhor tem para com cada pessoa. É como se estivesse colocado no meio entre o coração ardente de amor de Jesus e o coração de cada um dos fiéis, que é o objeto do amor do Senhor.

Presidir à Eucaristia é mergulhar na fornalha do amor de Deus. Quando nos for dado compreender esta realidade, ou mesmo apenas intuir algo dela, certamente já não precisaremos de um Diretório que imponha o devido comportamento. Se temos necessidade disso, então é por causa da dureza dos nossos corações. A norma mais alta e, portanto, a mais exigente é a própria realidade da celebração eucarística, que seleciona palavras, gestos, sentimentos que nos farão entender se o uso deles está ou não no nível da realidade a que servem. É óbvio que isso não pode ser improvisado. É uma arte. Exige aplicação por parte do sacerdote, cuidado assíduo do fogo do amor do Senhor que ele veio acender na terra. (Lc 12:49)

58. Quando a primeira comunidade partiu o pão, obedecendo ao mandamento do Senhor, fê-lo sob o olhar de Maria que acompanhou os primeiros passos da Igreja: «todos estes continuaram unânimes em oração com as mulheres e Maria, mãe de Jesus.» (At 1,14) A Virgem Mãe “guarda” os gestos do seu Filho confiados aos Apóstolos. Assim como ela protegeu o Verbo feito carne em seu seio depois de receber as palavras do anjo Gabriel, ela protege mais uma vez no seio da Igreja aqueles gestos que formam o corpo de seu Filho. O sacerdote, que repete esses gestos em virtude do dom recebido no sacramento da Ordem, é ele próprio protegido no seio da Virgem. Nós realmente precisamos de uma regra aqui para nos dizer como devemos agir?

59. Tornados instrumentos para acender o fogo do amor do Senhor na terra, protegidos no seio de Maria, Virgem feita Igreja (como cantou São Francisco sobre ela) os sacerdotes devem permitir que o Espírito Santo aja sobre eles, para completar o trabalho que ele começou neles em sua ordenação. A ação do Espírito oferece-lhes a possibilidade de exercer o seu ministério de presidir à assembleia eucarística com o temor de Pedro, consciente de ser pecador (Lc 5,1-11), com a poderosa humildade do servo sofredor (cf. 42ss), com o desejo de “ser comido” pelas pessoas que lhes são confiadas no exercício quotidiano do ministério.

60. É a própria celebração que educa o sacerdote a este nível e qualidade de presidir. Não é, repito, uma adesão mental, mesmo que toda a nossa

mente, bem como toda a nossa sensibilidade, devam estar engajadas nela. Assim, o sacerdote forma-se presidindo as palavras e os gestos que a Liturgia coloca em seus lábios e em suas mãos. Ele não está sentado em um trono porque o Senhor reina com a humildade de quem serve. Ele não tira a atenção da centralidade do altar, sinal de Cristo, de cujo lado trespassado brotou sangue e água, pelos quais foram estabelecidos os Sacramentos da Igreja e o centro de nosso louvor e ação de graças.

Aproximando-se do altar para a oferta, o sacerdote é educado em humildade e contrição com as palavras: “Com espírito humilde e coração contrito sejamos aceitos por ti, ó Senhor, e que nosso sacrifício diante de ti hoje seja agradável a ti, Senhor Deus.” Ele não pode confiar em si mesmo para o ministério que lhe foi confiado, porque a liturgia o convida a rezar para ser purificado pelo sinal da água, quando diz: “Lava-me, ó Senhor, da minha iniquidade e purifica-me do meu pecado.”

As palavras que a Liturgia coloca em seus lábios têm conteúdos diversos que requerem tonalidades específicas. Uma verdadeira ars dicendi é exigida do sacerdote pela importância de tais palavras. Estes dão forma aos seus sentimentos interiores, ora por súplica ao Pai em nome da assembleia, ora por uma exortação dirigida à assembleia, ora por aclamação a uma só voz com toda a assembleia.

Na oração eucarística — da qual também participam todos os batizados, ouvindo com reverência e em silêncio e intervindo nas aclamações (IGMR 78-79) — quem preside tem a força, em nome de todo o povo santo, para recordar diante do Pai a oferta do seu Filho na Última Ceia, para que aquele imenso dom se tornasse novamente presente no altar. Nessa oferta ele participa com a oferta de si mesmo. O sacerdote não pode contar a Última Ceia ao Pai sem se tornar participante dela. Ele não pode dizer: “Tomai todos e comei, pois este é o meu Corpo que será entregue por vocês”, e não viver o mesmo desejo de oferecer seu próprio corpo, sua própria vida, pelas pessoas confiadas para ele. É o que acontece no exercício do seu ministério. De tudo isso e de muitas outras coisas, o sacerdote é continuamente formado pela ação da celebração.<

Nota final do Fórum Geração Rise Up

A equipa organizadora do Fórum Geração Rise Up

(Serviço da Juventude, Pastoral Universitária e Setor de Animação Vocacional)

Ouvir os jovens! Este foi o primeiro objetivo do Patriarca de Lisboa, que esteve no Fórum Geração Rise Up, entre 8 e 10 de dezembro, em Fátima, com jovens representantes de todas as realidades da diocese. Resultante do trabalho conjunto dos serviços do Patriarcado que acompanham os jovens, foi a primeira vez que uma iniciativa deste género teve lugar, e marca uma nova forma — e mais sinodal — de pensar a missão da Igreja e construir o futuro.

«Quisemos responder à pergunta que D. Rui Valério deixou aos jovens no fim da JMJ, quando questionou: “para onde quer Cristo que caminhe a sua Igreja de Lisboa?”» — recorda João Clemente, diretor do Serviço da Juventude do Patriarcado, para quem a renovação da vida da Igreja tem nos jovens o seu ponto de partida.

Durante o fim de semana, os cerca de 150 jovens que ali se reuniram foram convidados a rezar e refletir sobre sete temas fundamentais, escolhidos a partir de propostas enviadas previamente: vivência da fé, projeto de vida, agir no mundo, evangelização, periferias, acolher e acompanhar, e organização da Igreja.

Utilizando a metodologia do Diálogo no Espírito, implementada pelo Papa Francisco nas dinâmicas sinodais em toda a Igreja, os jovens foram discernindo e traçando as prioridades que a Igreja em Lisboa deve abraçar, tendo levado à votação final 53 formulações, sendo as mais votadas 12 (6 propostas e 6 considerações).

A equipa organizadora está neste momento a redigir o relatório final com as conclusões. Este documento será apresentado, a partir de janeiro, aos diferentes órgãos da diocese, no sentido de serem definidas prioridades pastorais para os próximos anos.

Considerações

a) Incentivar os jovens a procurar acompanhamento espiritual e vocacional e fomentar o acompanhamento personalizado, que possa ser protagonizado não apenas pelos padres, mas também por outras pessoas devidamente formadas.

b) Envolver e responsabilizar os jovens nas atividades paroquiais e integrá-los nas estruturas diocesanas, para promover a sua aprendizagem e protagonismo e envolver os jovens nos conselhos pastorais e promover que os mesmos sejam lugares onde efetivamente se discutem as opções pastorais, por exemplo utilizando o método de diálogo no espírito.

c) Promover o trabalho em rede a nível paroquial, vicarial, diocesano e com movimentos, aproveitando, também, as ligações criadas com a Jornada Mundial da Juventude.

d) Fomentar a cooperação entre a Igreja, as autarquias e demais associações da sociedade civil, bem como o envolvimento dos jo-

vens em projetos de voluntariado e serviço à comunidade.

e) Promover o hábito de avaliar as atividades organizadas, procurando perceber se foram realmente cativantes para os jovens, se lhes fizeram sentido e se cumpriram o seu propósito.

f) Descentralizar as atividades diocesanas para promover o conhecimento de todas as realidades do Patriarcado e aproximar da vida diocesana aqueles que estão mais distantes.

Propostas

a) Criar um Centro Juvenil central e aberto a todos, com oportunidades de partilha, acompanhamento, oração, e utilização dos espaços para estudo, convívio, e outras reuniões.

b) Criação de um Gabinete de Comunicação do Patriarcado em que a comunicação externa ambicione a excelência, seja profissional, simples, verídica, feita por pessoas remuneradas que trabalhem de forma comprometida e dedicada. Neste contexto, propõe-se a aposta na gestão criativa das redes sociais, na gestão das crises, no desenvolvimento de um podcast e na promoção de influenciadores católicos.

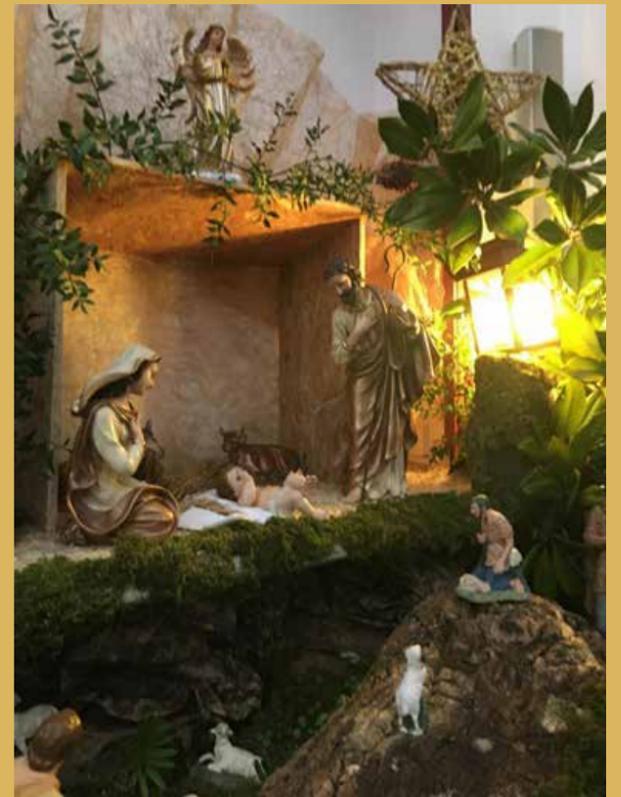
c) Oferecer formação ao nível de teologia, espiritualidade, competências humanas, liderança e animação aos agentes pastorais para o acompanhamento de jovens nas suas realidades e formar leigos para assumirem responsabilidades nas diferentes pastorais. Formar padres e consagrados em ciências da organização, gestão e ciências sociais.

d) Desenvolver iniciativas missionárias na diocese e dar continuidade ao Gesto Missionário que aconteceu no contexto de preparação da JMJ Lisboa 2023.

e) Criar e divulgar uma plataforma digital onde os interessados pelo cuidado das diferentes periferias se possam inscrever como voluntários e informar-se sobre os grupos que dedicam a este serviço.

f) Fortificar a Pastoral das pessoas com deficiência através de recursos físicos e com a preocupação em que haja acessibilidade para todas as pessoas em todas as paróquias.

PRESÉPIOS DA UNIDADE PASTORAL DE SINTRA



MENSAGEM DE SUA SANTIDADE O PAPA FRANCISCO

PARA O DIA MUNDIAL DA PAZ - 1 DE JANEIRO DE 2024 - *Inteligência Artificial e Paz*

Sinopse:

A mensagem do Papa Francisco realça os contributos positivos da ciência e da tecnologia para o progresso da humanidade, alertando, no entanto, para os riscos potenciais colocados pelos avanços da inteligência artificial (IA). Analisa as dimensões éticas da IA, incluindo preocupações relacionadas com a privacidade, preconceitos e impacto na dignidade humana. A mensagem salienta a necessidade de um desenvolvimento, regulamentação e supervisão responsáveis das tecnologias de IA, identificando riscos potenciais em áreas como desinformação, controlo social, forças armadas, educação, mercado de trabalho e direito internacional.

O Papa apela a um diálogo multidisciplinar, ao desenvolvimento ético de algoritmos ("algoética") e à inclusão de diferentes vozes nos processos de tomada de decisões. Ao recordar-nos que a medida da nossa verdadeira humanidade está na forma como tratamos os mais pequenos entre nós, o Papa conclui com uma visão de esperança de que o desenvolvimento da IA possa contribuir para a fraternidade humana e a paz mundial: «pois a paz é o fruto de relações que reconhecem e acolhem os outros na sua dignidade inalienável e de uma cooperação e compromisso sinceros na busca do desenvolvimento integral de todos os indivíduos e povos».

Resumo:

CAPÍTULO 1: O progresso da ciência e da tecnologia como caminho para a paz

A ciência e a tecnologia, realizações da inteligência humana, constituem um testemunho do nosso potencial criativo. Contudo, há certos riscos que devemos considerar e em relação aos quais devemos agir, de modo a que este progresso seja um caminho para a paz para todos.

CAPÍTULO 2: O futuro da inteligência artificial entre promessa e risco

O avanço da tecnologia, nomeadamente da inteligência artificial (IA), está a transformar significativamente o mundo em que vivemos (as ferramentas digitais plasam a forma como comunicamos, aprendemos e interagimos na nossa vida quotidiana). Nos bastidores, os algoritmos da internet recolhem dados

e influenciam os nossos hábitos sem que nós sequer nos apercebamos.

É importante reconhecer que o desenvolvimento da IA não é neutro; é influenciado por valores culturais e escolhas. A IA não é um termo de formato único; engloba diversas tecnologias que tentam imitar as capacidades cognitivas humanas. Precisamos de ações responsáveis orientadas por valores como transparência, segurança e equidade. Não podemos simplesmente pressupor que os criadores da IA têm em mente os nossos melhores interesses.

Devemos promover um desenvolvimento responsável da tecnologia crescente, tendo em conta a dignidade humana e o bem-estar de todos.

CAPÍTULO 3: A tecnologia do futuro: máquinas que aprendem sozinhas

A inteligência artificial, em particular através da aprendizagem automática, já está a transformar sociedades e a influenciar culturas. Embora ofereça possibilidades aliciantes, a sua fiabilidade suscita algumas preocupações, uma vez que os dispositivos de IA podem produzir conteúdos aparentemente coerentes, porém enganosos. Este facto coloca sérios desafios, desde campanhas de desinformação até riscos para a privacidade e discriminação, fomentando potencialmente conflitos e dificultando o caminho para a paz. A análise responsável destes desafios é crucial para assegurar o impacto positivo da IA no nosso mundo.

CAPÍTULO 4: O sentido do limite, no paradigma tecnocrático

O enorme volume de dados analisados por inteligências artificiais não garante imparcialidade; os algoritmos podem perpetuar preconceitos e injustiças existentes na sua origem. As máquinas "inteligentes", embora eficientes, são em última análise, dirigidas por valores humanos. O risco reside em critérios decisórios pouco claros, responsabilidade oculta e uma possível fuga a obrigações de carácter comunitário. A busca obsessiva de superar limites através da tecnologia pode conduzir a uma "ditadura tecnológica" e a uma perda de controlo sobre nós próprios.

CAPÍTULO 5: Temas quentes para a ética

Sistemas de categorização e avaliação de indivíduos, se gerenciados por inteligência artificial, conferem a essa a capacidade de controlar e influenciar o tecido social, com o risco de causar desigualdades e gerar conflitos de poder. Os princípios da ética, os valores essenciais da pessoa humana e seus direitos fundamentais não podem ser determinados e avaliados por algoritmos, mas por pessoas, com os respetivos instrumentos de monitoramento e atribuição de responsabilidade.

CAPÍTULO 6: Transformaremos as espadas em relhas de arado?

A intrusão da IA no local de trabalho suscita riscos para a própria subsistência, exigindo um enfoque na dignidade intrínseca do trabalho. Colocam-se igualmente questões éticas no sector do armamento, em especial com o desenvolvimento dos Sistemas de Armas Autónomas Letais. Torna-se essencial uma supervisão humana adequada — os sistemas de armas autónomas nunca podem ser sujeitos moralmente responsáveis. A inteligência artificial, utilizada eticamente, pode promover o desenvolvimento humano, através da introdução de inovações na agricultura, educação e cultura. A medida da verdadeira humanidade está na forma como tratamos os mais pequenos entre nós.

CAPÍTULO 7: Desafios para a educação

O desenvolvimento de uma tecnologia que respeite e sirva a dignidade humana tem ramificações claras para as nossas instituições de ensino e para o mundo da cultura. O ensino sobre a utilização de formas de inteligência artificial devia visar sobretudo a promoção do pensamento crítico.

CAPÍTULO 8: Desafios para o desenvolvimento do direito internacional

A família humana deve também considerar a ameaça do desenvolvimento e utilização irresponsáveis da IA e, por conseguinte, a necessidade de sistemas adequados de regulamentação e supervisão. A comunidade global das nações devia colaborar com vista à adoção de um tratado internacional vinculativo que regule o desenvolvimento e utilização da inteligência artificial nas suas múltiplas formas. Na busca de modelos normativos suscetíveis de proporcionar orientação ética aos criadores de tecnologias digitais, é indispensável identificar os valores humanos que devem sustentar os esforços das sociedades para formular, adotar e implementar os sistemas regulamentares em questão.

CINTRAMÉDICA

PORTAL DE EXAMES

Resultados Online sempre à mão!

Agora já pode consultar os Resultados dos seus Exames em qualquer lugar, através do seu smartphone ou computador

Saiba mais

21 910 00 80
chamado para a rede fixa nacional

cintramédica.pt

Cintramedica II - Sieta • NIF 500 330 859 - Licença de Funcionamento 776/9/2013

HISTÓRIA DE VIDA: Adelaide Dinis

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Maria Adelaide Sousa Ferreira Dinis, nasceu em 1953 em S. Sebastião da Pedreira, Lisboa. Os pais eram de Caria, Belmonte, no Distrito de Castelo Branco. Vieram para Sintra, a convite de um tio deles que os convidou para seus caseiros na Quinta da Fonte da Prata, onde já viviam quando a Adelaide nasceu. Ficaram pouco tempo nessa quinta, mudaram depois para um casa alugada numa outra quinta, do pintor Roque Gameiro, onde o pai não era caseiro, mas tratava do jardim. O pai tinha vários jardins a seu cargo em Sintra. A mãe, que era uma pessoa muito doente desde o nascimento da Adelaide, apenas cozinhava para a família Roque Gameiro. Os pais de Adelaide faleceram novos, ele com 40 anos e ela com 53. Adelaide tinha 13 anos e estudava nas Doroteias, no Linhó, quando o pai faleceu.

Antes Adelaide tinha feito a escola primária no Externato de Santa Maria, por baixo da fonte da Sabuga. A professora que era proprietária do edifício ajudou muitas pessoas em Sintra, permitindo-lhes estudar gratuitamente e ainda lhes oferecendo comida.

Adelaide começou depois a trabalhar com a madrinha, Alice, que era cabeleireira. Quando a madrinha fechou o salão, Adelaide começou por abrir um salão em casa e, por fim, foi trabalhar para o cabeleireiro do Hotel Tivoli, até se reformar.

Adelaide teve a catequese na igreja de S. Martinho com Isabel Alvarez, Manuela Lacerda e o Padre Abílio. Foi batizada pelo Padre Baltazar, que não fez o assento do Batismo no livro de registos, o que foi uma confusão quando quis casar e não apareceram os registos

de batismo dela nem do marido. Conheceu o marido, Francisco Manuel Dinis, quando ele trabalhava na Companhia das Águas, perto do salão onde trabalhava. Casaram em S. Martinho e tiveram uma filha, a Susana, que tem agora 49 anos, é professora de Matemática e tem um filho, atualmente com 23 anos. É uma família pequena.

O Francisco, depois de deixar a Companhia das Águas, foi para uma empresa no Sabugo na mesma área, e mais tarde para a Hoechst em Mem-Martins onde trabalhou o resto da vida. Faleceu há uns 10 anos, com um linfoma, que lhe causou bastante sofrimento, embora nunca tenha ficado acamado e só tenha sido internado na altura dos tratamentos.

A Adelaide começou muito cedo a colaborar na igreja de São Martinho, embora a vida profissio-

nal não lhe deixasse muito tempo livre. A Lúcia, irmã do Pe João Correia de Sousa, quando precisava, chamava a Adelaide ou a Susana, bastando para isso abrir a janela da sacristia que fica em frente à sua casa. Lembra-se de ajudar a dar os bens aos pobres por altura do Natal.

Quando a Paula Leitão faleceu, a Adelaide começou a ajudar a Fátima nos trabalhos da igreja, com as flores, as roupas e outras coisas. Depois de adoecer e partir a Fátima, a Adelaide assumiu sozinha esses trabalhos.

Adelaide gosta de ajudar, embora nunca tenha feito parte de grupos paroquiais organizados.

É um exemplo de ajuda discreta mas tão importante para uma Paróquia.



Crónica: Familiarmente Falando

ACISJF | Orlando de Carvalho

SEMITAS – PARTE 2

Em 14 de Maio de 1948 é declarada a independência do estado de Israel. Menos de 24 horas depois, o jovem Estado é invadido pelas forças armadas do Egipto, Síria, Iraque, Líbano e Jordânia. Israel conseguiu resistir e a ONU restabeleceu a paz. Uma paz precária, porque os ataques de guerrilheiros dos países vizinhos eram constantes. Em 1956 os países árabes expulsaram as forças da Paz da ONU e prepararam um ataque a Israel. Numa guerra que durou oito dias, os israelitas expulsaram os invasores, tomaram o Sinai e a Faixa de Gaza e obtiveram diversas vantagens logísticas.

Em Maio de 1967, os egípcios voltaram a mandar retirar as forças da ONU e concentraram forças, juntamente com os jordanos e os sírios em torno de Israel. Perante o cenário, Israel lançou um grande ataque de surpresa e destruiu a força aérea destes países ainda no solo, e ao fim de 6 dias. Foi a Guerra dos Seis Dias. Tinham conquistado vasto território aos seus vizinhos, que se renderam incondicionalmente e humilhados.

Foi então que se colocou a sério a questão dos palestinianos. Entre os judeus que retornaram a Israel, estão os judeus ortodoxos, aqueles homens de tranças, que, quem não visitou Israel, já viu no cinema ou na televisão. Estes são os herdeiros dos fariseus do tempo de Jesus, que seguem os escritos bíblicos formalmente, se consideram santos e têm tido diversos privilégios, por exemplo em relação ao cumprimento do serviço militar.

A ONU, logo em 1947 aprovou a constituição de dois Estados na Terra Santa, um judeu (Israel) e outro árabe (Palestina), sendo que os palestinianos professavam livremente a religião: uns judaica, outros o Islão e outros eram cristãos. Muitas resoluções da ONU (centenas) confirmam o reconhecimento de dois Estados, mas Israel nunca reconheceu nem permitiu que tal acontecesse.

Pelo contrário, nos territórios onde vivem os palestinianos, continuamente o Estado de Israel expulsa-os das suas casas, das suas terras, para lá colocar judeus que continuam a chegar de todo o mundo em busca de uma terra e uma casa, à custa da expulsão pela força de quem lá vive.

O Presidente Donald Trump ao assumir inopinadamente resoluções a favor de Israel exacerbou ainda mais os ânimos.

Sem expectativas de vida, os palestinianos revoltam-se tomam atitudes terroristas, com o apoio dos países e organizações árabes que também querem expulsar os judeus.

Os países em redor apertam o cerco a Israel. Israel confina cada vez mais os palestinianos e trata-os como se não fossem humanos. Os vizinhos também tratam os judeus da mesma forma.

Quem é pai ou mãe sabe que é normal os filhos brigarem. Normalmente continuam amigos, outras vezes tornam-se inimigos.

Temos o caso da Península Ibérica, onde se desenrolaram várias guerras ao longo de séculos, mas onde existe uma esperança contínua de harmonia e amizade.

No caso da Terra Santa não existem indícios de que haja desejo das partes em viver em harmonia. Como vimos inicialmente, são irmãos em todos os sentidos. O principal obstáculo à paz tem sido a existência de vários grupos, que ardilosamente apelam e incitam à guerra, inventando falsos argumentos. Eles são irmãos.

Deus de Abraão estende um longo manto de paz sobre estes incontáveis filhos de Abraão, mais que as estrelas do céu, mais que os grãos de areia, conforme a tua



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 última andorinha

Era o momento das andorinhas regressarem através dos mares para as suas terras. Mas uma delas chegou tarde. Que fazer? Decidiu empreender viagem, sozinha. O sol brilhava com força.

Depois de várias horas de voo, faltou-lhe o ânimo e começou a ficar esgotada. Decidiu então deixar-se cair nas águas e morrer.

Nesse momento, viu outra andorinha que voava junto às águas na sua mesma direção. Animou-se e fez um novo esforço, retomando o voo.

Cada vez que se sentia cansada, olhava para a sua fiel companheira que voava mais abaixo, junto às águas azuis do mar e seguiu em frente.

Foi assim que percorreu dezenas de quilómetros sem se deixar desanimar.

Quando chegou a noite, a andorinha amiga desapareceu. Porém, a meta estava próxima e teve ainda forças para continuar. Felizmente, chegou ao fim com vida.

Ao interrogar-se para saber onde estaria a amiga da viagem, descobriu que essa companheira era apenas a sua própria sombra projetada no mar.

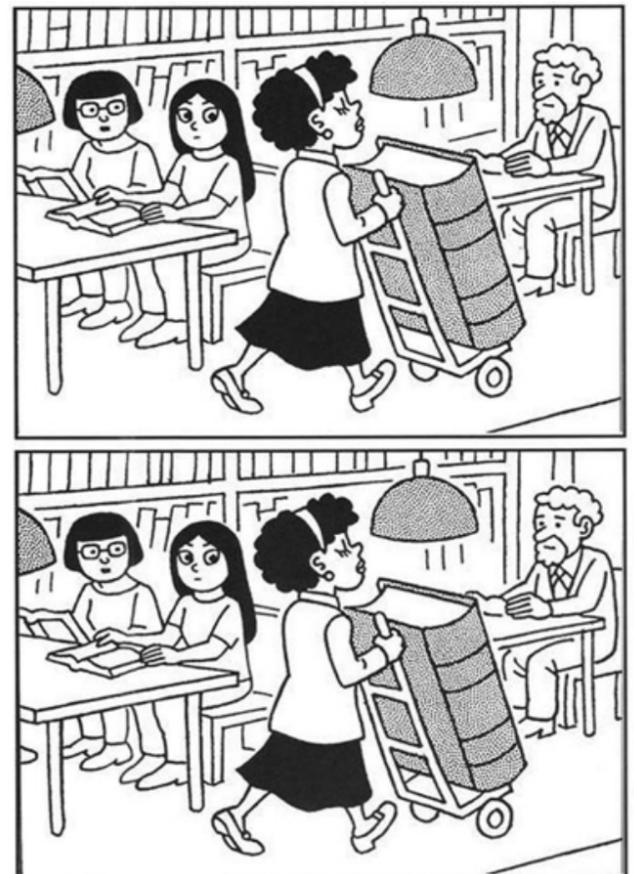
A presença de alguém ao nosso lado é sempre estímulo que nos ajuda a enfrentar o cansaço ou o desânimo. Felizes as pessoas que, nos momentos difíceis, sentem a presença de alguém que lhes dá fortaleza e ânimo.

"Educar contando" Pedrosa Ferreira - Edições Salesianas

Imagem para colorir

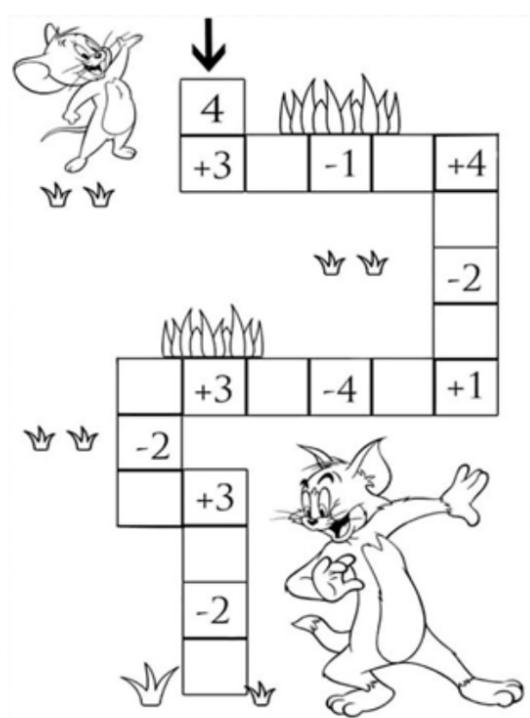


Descobre as 7 diferenças



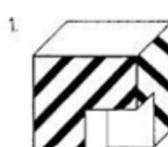
Sudoku - Puzzle

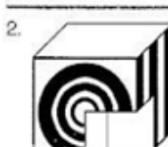
1	9		4			8	5
4			9		8	3	1
		3				4	
	8		2	3			9
2			8	6	5		3
	3			1	9		4
		5				8	
3	1		6		7		2
9	7			2		6	4

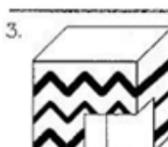


4	2	8
1	9	5
7	3	2
2	6	0
8	7	1
3	4	9
9	0	2
5	1	6
7	5	6

1	2	3							
○	△	□							
2	3	1	2	1	3	1	2	3	3
2	1	1	2	2	2	2	1	3	3
3	1	2	1	1	1	1	3	1	2
3	1	1	1	2	1	1	3	2	3
1	1	1	2	2	1	2	2	3	2

1.    

2.    

3.    

4.    

 **Santos do mês**
Pe Joaquim Inácio

SÃO VICENTE DE SARAGOÇA
PADROEIRO DO PATRIARCADO DE LISBOA

São Vicente de Saragoça nasceu na Espanha, em Huesca, no século terceiro. De uma família muito distinta e conhecida por todos, ele escolheu ser cristão e, assim, viver a santidade. Desde pequeno, foi entregue pelos pais à direção de Valério, Bispo de Saragoça, que contribuiu para sua formação na piedade e o fez seguir no estudo das ciências da religião e ciências humanas. Ordenado diácono, Vicente exerceu o cargo com dignidade. Eloquentemente em suas palavras e obras, não só ensinava como também fortalecia os fiéis na fé.

São Vicente de Saragoça viveu num período muito difícil da Igreja. Pelos fins do ano 303, Diocleciano e

Maximiano – imperadores – começaram a perseguir os cristãos e forçar muitos a se declarar a favor dos deuses; caso contrário, seriam martirizados. Ele era um grande pregador da Palavra, mais do que isso, buscava viver a Palavra que pregava, esta que é, antes de tudo, Cristo Jesus, o nosso modelo, o nosso Senhor e Salvador. Diante das ameaças do governador Daciano, ele não recusou a se dizer cristão e fiel ao Senhor. Daciano, querendo assinalar o seu zelo e atividade em fazer cumprir os decretos imperiais, mandou prender Vicente.

São Vicente foi preso e atormentado. Foi um martírio lento, sempre com o objetivo de vencê-lo para que Daciano se desse como herói diante

do Cristianismo, mas também com o objetivo de levar São Vicente a renunciar a própria fé e a oferecer sacrifícios aos deuses. Fiel a Deus e sustentado pela oração, diante de si, ele tinha o seu grande amor: Deus. Sendo assim, ele foi martirizado aos poucos, até mesmo levado à grelha, tendo seu corpo dilacerado, jogado numa prisão, onde ficou até a morte que terá acontecido no ano 304.

São Vicente é representado de diversos modos: com a palma e evangeliário ou mais habitualmente, com uma barca e um corvo, porque de acordo com a tradição, quando em 1173, o rei Afonso Henriques ordenou que as relíquias do santo fossem trazidas do Cabo de São Vicente



para a cidade de Lisboa, dois corvos velaram o corpo do santo que seguia a bordo da barca, facto que ainda hoje aludem as armas de Lisboa.

tornou-se modelo para todos os cristãos e também padroeiro principal do patriarcado de Lisboa.

São Vicente de Saragoça

Intenção do Papa

Janeiro 2024



PELO DOM DA DIVERSIDADE NA IGREJA:

Rezemos para que o Espírito ajude a reconhecer o dom dos diferentes carismas nas comunidades cristãs e a descobrir a riqueza das diferentes tradições rituais no seio da Igreja Católica.



Farmácia Marrazes

Propriedade e Direção Técnica de
Dra. Célia Maria Simões Casinhas

FARMÁCIA MARRAZES

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

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

Telefone: 21 923 00 58

Calendário Litúrgico - Janeiro 2024 - Ano B

	Dia 7	Dia 14	Dia 21	Dia 28
	EPIFANIA	2.º DOM. T. Comum	3.º DOM. T. Comum	4.º DOM. T. Comum
Leitura I	Is 60, 1-6	1 Sam 3, 3b-10.19	Jonas 3, 1-5.10	Deut 18, 15-20
	«Brilha sobre ti a glória do Senhor»	«Falai, Senhor, que o vosso servo escuta»	«Os habitantes de Nínive converteram-se do seu mau caminho»	«Farei surgir um profeta e porei as minhas palavras na sua boca»
Salmo	71, 2.7-8.10-11.12-13	39, 2.4ab.7-8a.8b-9.10-11	24, 4bc-5ab.6-7bc.8-9	94, 1-2.6-7.8-9
	"Virão adorar-Vos, Senhor, todos os povos da terra"	"Eu venho, Senhor, para fazer a vossa vontade."	"Ensinai-me, Senhor, os vossos caminhos."	"Se hoje ouvirdes a voz do Senhor, não fecheis os vossos corações."
Leitura II	Ef 3, 2-3a.5-6	1 Cor 6, 13c-15a.17-20	1 Cor 7, 29-31	1 Cor 7, 32-35
	«Os gentios recebem a mesma herança prometida»	«Os vossos corpos são membros de Cristo»	«O cenário deste mundo é passageiro»	«A virgem preocupa-se com os interesses do Senhor, para ser santa»
Evangelho	Mt 2, 1-12	Jo 1, 35-42	Mc 1, 14-20	Mc 1, 21-28
	«Vimos do Oriente adorar o Rei»	«Foram ver onde morava e ficaram com Ele»	«Arrependei-vos e acreditai no Evangelho»	«Ensinava-os como quem tem autoridade»

TEMPO COMUM



"O Tempo Comum propõe um caminho espiritual, uma vivência da graça própria de cada aspecto do Mistério de Cristo, presente nas diversas festas e nos diversos tempos litúrgicos."

Serviço Pastoral e Litúrgico de Janeiro de 2024 - Ano B

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						
12H00						Ramalhão
13H00				H. CUF (1ª e 3ª 5. feira)		
17H00	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	
18H00	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
18H15	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	Linhó	
19H00	S. Miguel	S. Pedro	S. Miguel	S. Miguel		
19H30			S. Martinho (em 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 – Segunda-feira: Santa Maria, Mãe de Deus

09.00h Missa em Janas e Abrunheira
 10.15h Missa em S. Pedro, Várzea e Lourel
 11.30h Missa em S. Miguel
 11.45h Missa no Linhó
 12.00h Missa no Ramalhão
 16.30h Missa em Galamares
 16.30h Celebração em Manique de Cima
 19.15h Missa em S. Martinho

Dia 2 – Terça-feira do Tempo do Natal

Santos Basílio Magno e Gregório de Nazianzo

Dia 3 – Quarta-feira do Tempo do Natal

21.30h Reunião Secretariado da Catequese
 20h Secret. Permanente do Cons. Pastoral

Dia 4 – Quinta-feira do Tempo do Natal

16.00h Oração do Renovamento Carismático
 21.00h Reunião de Direção da CNE
 21.00h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 5 – Sexta-feira do Tempo do Natal

09.30h Adoração ao SSmo. em S. Miguel
 20.00h Jantar de Voluntários da UPS
 21.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel

Dia 6 – Sábado do Tempo do Natal

5º Aniv. da igreja de Galamares
Festa da Luz – 3º Vol.
 19h Missa em S. Miguel com toda a Catequese
 20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos

Dia 7 – Domingo - Solenidade da Epifania do Senhor

49º Aniversário do Renov. Carismático em Rio de Mouro

Dia 8 – Segunda-feira – Festa do Batismo do Senhor

Dia 9 – Terça-feira da semana I

15.00h Missa no Lar do Oitão

Dia 10 – Quarta-feira da semana I

18.00h Lanche Conf. S. Vicente de Paulo, em S. Pedro

21.30h Ulteira em Cascais

Dia 11 – Quinta-feira da semana I

10.00h Reunião do Clero da Vigararia
 16.00h Adoração – Renovamento Carismático
 21.00h Grupo Bíblico, em S. Miguel
 21.00h Reunião Secr. Permanente do C. Past.

Dia 12 – Sexta-feira da semana I

21.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel
 Distribuição de alimentos pelo Gota a Gota
 21.15h Conselho de Pais dos escuteiros

Dia 13 – Sábado da semana I

09.30h 2ª JORNADA VICARIAL DE LITURGIA, na igreja de S. Miguel
 20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos

Dia 14 – Domingo II do Tempo Comum

16.00h Nomeação dos novos MEC, Sé Patriarcal

Dia 16 – Terça-feira

21.00h Reunião do Conselho Económico da UPS

Dia 17 – Quarta-feira – St. Antão

Dia 18 – Quinta-feira da semana II

16.00h Enc. Oração Renovamento Carismático
 21.00h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 19 – Sexta-feira da semana II

21.00h Grupo de Jovens da UPS, em S. Miguel
 21.00h Reunião de Leitores da UPS

Dia 20 – Sábado da semana II

20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos
 21.30h Reunião de Pais e Padrinhos para Batismo

Dia 21 – Domingo III do Tempo Comum

DOMINGO DA PALAVRA DE DEUS
Aniversário do P. Armindo Reis

Dia 22 – Segunda-feira – S. Vicente, Padroeiro

Principal do Patriarcado de Lisboa

Dia 23 – Terça-feira da semana III

Formação Permanente do Clero – 22 a 25

15.00h Missa no Lar Cardeal Cerejeira

Dia 24 – Quarta-feira – S. Francisco de Sales

21.00h Reunião Geral de Catequistas

Dia 25 – Quinta-feira – Conversão de S. Paulo

Aniversário do jornal ‘Cruz Alta’

21.00h Grupo Bíblico, em S. Miguel

Dia 26 – Sexta-feira – Santos Timóteo e Tito

Início da Semana de oração pelos consagrados

15.00h Missa no Lar Asas TAP

Dia 27 – Sábado da semana III

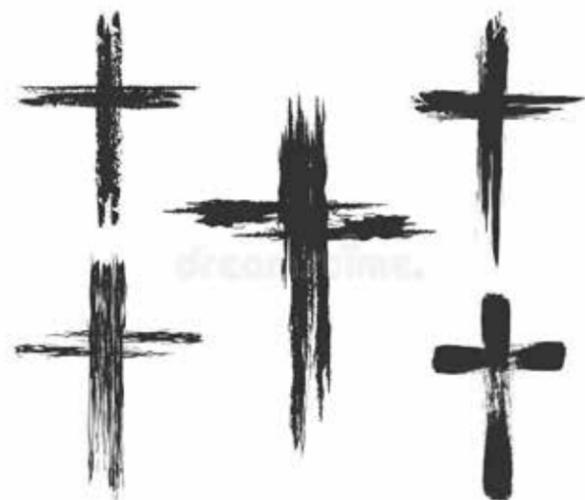
21.00h ENCONTRO CRISTÃO ECUMÉNICO em Sintra

20.00h Preparação da Iniciação Cristã de Adultos

Dia 28 – Domingo IV do Tempo Comum

12.30h Almoço Janela, em S. Miguel – a favor da igreja de Santa Maria

Dia 31 – Quarta-feira - S. João Bosco





Notícias dos Vicentinos

Glória Marques

Presentes de Natal

Em contexto de catequese e tentando promover o serviço comunitário, um grupo de adolescentes do sétimo, oitavo e nono anos da catequese foram, no passado dia 2 de Dezembro, fazer os embrulhos dos presentes para as crianças das famílias apoiadas pela Conferência de S. Pedro de Sintra.

O objetivo foi criar nos nossos adolescentes o sentido de pertença à nossa comunidade, e criar um espírito solidário pela mesma. Foram convidados a fazer este serviço, ao qual aderiram com grande entusiasmo e dedicação, não só fizeram os embrulhos, como fizeram questão de deixar, nos presentes, algumas mensagens de Natal para as crianças.

No fim, o feedback foi muito positivo, partilharam em grupo a experiência e disseram que foi muito bom ajudar algumas crianças a terem um Natal mais alegre, que também para eles foi importante poderem viver esta experiência em grupo. Fazer os embrulhos não é tao fácil como parece e em grupo ajudaram-se e davam ideias para que ficassem o mais perfeito possível. Sentir que puderam fazer a diferença na vida de algumas crianças foi muito gratificante e esperam que de futuro possam ajudar mais vezes.

Aproveitamos para agradecer a toda a co-

munidade da UPS pela generosidade demonstrada nos nossos pedidos, sem essa colaboração não poderíamos ajudar tantas famílias com alimentos, medicamentos e pagamento de despesas domésticas.

A Conferência de S. Pedro de Sintra deseja a todos um Ano de 2024 repleto de Fé, Esperança e muita Caridade. Que a Paz de Deus reine entre nós!



conf.vicentina.penaferim@gmail.com

Telf.- 910428587

Para além do que consta no presente mapa, ainda recarregamos cartões presentes Pingo Doce, para que os nossos protegidos pudessem adquirir alguns bens alimentares de acordo com os seus gostos e necessidades. É referir ainda, as doações do gota-a-gota de leite, cereais, bolachas e fraldas para as crianças das famílias por nós apoiadas.

Que Deus abençoe 2024

Bens alimentares distribuídos no último trimestre

	Banco A.	Compras Cf	Doações	Total	DISTRIBUIDO
Açúcar	23	0	1	24	24
Arroz	309	0	4	313	212
Atum	318	70	18	406	387
Azeite	30	132	9	171	96
Esparguete	232	0	2	234	174
Farinha	15	0	0	15	15
Frango	0	59	0	59	59
Legumi. Secas	30	70	2	102	96
Legumin. Lata	291	0	0	291	220
Leite	413	1056	0	1469	1299
Massa	159	0	6	165	162
Óleo	62	0	5	67	50
Ovos - Dúzia	12	150	14	176	166
Peixe - Posta	0	340	0	340	333
Salcichas	208	60	4	272	263



Conferência de Santa Maria de Sintra
Sociedade de São Vicente de Paulo
conf.santamariadesintra.ssvp@gmail.com

ACOLHIMENTO PRESENCIAL DA CONFERÊNCIA

Marque no Cartório ou Apareça na Igreja de São Miguel na 1ª segunda-feira do mês das 18:00 às 20:00.

CADA ATO DE ESCUTA VICENTINA REPRESENTA UMA FORMA DE AUXÍLIO, UM CONFORTO E UMA POSSÍVEL SOLUÇÃO.

honrar a memória do ente querido que partiu. Estes momentos de oração são uma oportunidade para a família expressar os seus sentimentos, partilhar histórias e memórias, e confortar-se na presença de outras pessoas que também sentem a dor da perda.

APOIO ÀS FAMÍLIAS EM SITUAÇÃO DE LUTO

Muitos de nós evitamos encarar a morte, tentamos afastar essa realidade do nosso pensamento, até o momento inevitável ao qual não podemos escapar, de sermos confrontados com a morte de um

Na perspectiva católica, reconhecemos a mortalidade como uma parte intrínseca da experiência humana e procuramos compreender a morte à luz da fé, da esperança e da ressurreição (João 11:25-26). Estes valores são pilares importantes da esperança cristã, pois proporcionam-nos consolação, alegria e a promessa de um futuro livre de dor e tristeza, todos aspectos significativos da esperança cristã. A compreensão da ressurreição não nega a realidade da morte, mas pode ajudar a pessoa em situação de luto a aceitar a mortalidade como parte do plano divino, proporcionando um contexto espiritual para a experiência do luto.

O importante é que devemos exprimir a nossa dor de forma natural sem exageros, procurando de forma tranquila encontrar os métodos mais eficazes em reduzir o sofrimento, evitando sentimentos de perda, aflição, culpa, ira, ou mesmo de abandono e rejeição. Estes sentimentos tendem a desaparecer com o passar do tempo, mas se persistirem não devemos hesitar mais e procurar ajuda e conforto. Durante esse período de grande vulnerabilidade, evite mergulhar na ansiedade, na depressão, ou noutras experiências mais doentias e destruidoras. Procure estar com a família, rodear-se de amigos e membros da comunidade obtendo aí algum suporte emocional e espiritual, ou mesmo encontrar consolo e força para seguir em frente (1 Tessalonicenses 4:13-18). Estar disponível à escuta do Espírito Santo é uma virtude, mas ouse ser radical, experimente mesmo falar com Deus através da oração (Mateus 6:6). Essa prática fortalecerá a sua ligação espiritual com Deus, e proporcionará uma compreensão mais profunda da vontade para a sua vida.

A oração é uma prática espiritual onde muitas pessoas podem encontrar conforto e força nos velórios e durante o luto. Quando se perde alguém que se ama a oração pode ajudar a encontrar paz interior e esta ligação a Deus, através da oração, pode aliviar a dor, a tristeza e a sensação de perda. Os momentos de oração no velório proporcionam um espaço de reflexão e devoção, onde as famílias podem reunir-se para

Cada pessoa lida com o luto de maneira distintas e é fundamental respeitar as escolhas das famílias, reconhecendo que a oração pode não ser a abordagem mais apropriada, mas outras formas de honrar o defunto (Filipenses 4:8).

Nesses momentos difíceis qualquer família pode sentir-se "perdida" e a Conferência de Santa Maria de Sintra pode ajudá-la a sentir-se menos isolada e mais protegida e oferecer apoio efetivo e afetivo durante o tempo que for necessário mantendo a proporcionalidade e o princípio da necessidade. Se necessitar não hesite em contactar-nos!

Em memória do meu pai, Eduardo Ermitério Macias, falecido a 19 de dezembro de 2023.

Carlos Macias

Disponibilização de Orações através do acesso a um QR CODE nos espaços mortuários da UPS



ente querido, próximo ou distante, amigo, conhecido ou mesmo de um desconhecido. Quando nos vemos confrontados a experienciar a perda, somos impelidos a enfrentar com coragem e lucidez esta realidade, e forçados a aprender a aceitar a inevitabilidade da morte. Somos forçados a reconhecer que a morte é um acontecimento incontrolável e incontornável que assinala o término da nossa existência humana atual.

ACADEMIA PARA A FAMÍLIA

Formação fevereiro 2024

Sala D. José Policarpo (por baixo das capelas mortuárias) nas instalações da Igreja de São Miguel (junto ao Olga Cadaval)

APREENDER A BRINCAR

3 de fevereiro de 2024, 17 às 18:45 horas

"A Pirâmide Parental, explorar o significado do brincar, lugares e maneiras de brincar, e a importância da atitude durante o brincar, e um Exercício de Role Play entre Pais e Filhos."

ECRÃS: EQUILÍBRIO

3 de fevereiro de 2024, 14:30 às 16:15 horas

"A relação entre movimento e brincar desempenha um papel fundamental no desenvolvimento cognitivo das crianças, enquanto os efeitos da exposição excessiva a ecrãs eletrónicos exigem uma consideração cuidadosa ao estabelecer regras básicas para um equilíbrio saudável."



Inscriva-se através do QR CODE, ou no Cartório da Igreja de São Miguel

O mundo à nossa volta



Rafael Antonio Prieto Mendieta.

Navegando as Águas do Sagrado: Práticas diárias para uma espiritualidade pelo quotidiano

Na odisseia espiritual do Mundo, à nossa volta, em 2023, explorámos os pilares da ética e, em particular, a ética no marketing. Abraçamos os peregrinos e os imigrantes como parte integrante da nossa missão cristã, examinámos como a tecnologia impacta a nossa identidade, preparámo-nos para a Jornada Mundial da Juventude, refletimos sobre as férias como tempo de renovação e, finalmente, lançámos um olhar sobre os desafios globais com uma luz de esperança e ação.

Agora, gostaria que dirigíssemos a nossa atenção para outro pilar essencial da nossa existência espiritual: A espiritualidade na vida quotidiana, com pequenas viagens ao nosso interior de fé, em cada ato, que, por mais simples que seja, está cheio de transcendência.

A Transcendência no quotidiano:

Ao projetar as nossas metas para o próximo ano, surge a pergunta chave: Como podemos integrar a espiritualidade na nossa vida quotidiana de maneira significativa? Além dos momentos de reflexão intensa, busquemos a transcendência no comum. Ao acordar, e em qualquer momento do dia, respiremos profundamente pelo nariz e expiremos lentamente até relaxar o nosso corpo. Nesse momento, podemos sentir uma conexão divina com Deus agradecer pelo dom da vida e pelo que recebemos diariamente. Encomendemos a Ele as nossas ações diárias e construamos, com amor, em cada ação o grande propósito que Deus tem na nossa vida.

Práticas Espirituais no dia-a-dia:

Orar Constantemente: A oração como um diálogo contínuo com Deus, não apenas nos momentos de necessidade, mas como o fio que tece nosso caminho ao longo do dia.

Meditação Diária: Dedicuemos alguns minutos a cada dia para encontrar a paz no silêncio, ouvindo a voz de Deus no meio do tumulto quotidiano.

Reflexão Bíblica Regular: Incorporemos a leitura diária das Sagradas Escrituras, permitindo que os ensinamentos da Bíblia guiem nossas decisões e ações.

Atos de Bondade e Serviço: Vejamos as nossas interações diárias, como oportunidades para manifestar o amor de Cristo por meio de pequenos atos de bondade e serviço.

Aconvocação deste Ano Novo: Um Caminho de Fé iluminado pela quotidianidade.

Embarquemos numa jornada rumo a uma espiritualidade enraizada no quotidiano. Ao tecer práticas espirituais em cada trecho do nosso dia, fortaleçamos a nossa conexão com Deus e vivamos de acordo com os ensinamentos que nos foram confiados. Que este ano seja uma travessia de fé, iluminada pela beleza do simples e pelo sagrado de cada dia.

Memórias do passado de Sintra



IRMANDADE DE SANTO ANDRÉ E ALMAS – INVENTÁRIO DE FOROS E BENS

“Em 1409 já a Irmandade de Santo André e Almas já tinha o seu comprimio, e foi reformado em Abril de 1724. Os seus Estatutos são todos para alívio das Almas das penas do Purgatorio, e bem publico das Missas diárias e Orações. Os seus fundos foram todos doados com estas Obrigações e Ofícios: Fôros de Pão a dinheiro (rasurado) e Ditos (rasurado) a dinheiro cujas que se tem Reunido 16 Prazos; Ditos a dinheiro 18; por estas Remissões: 5050000; Pão que ainda resta dos fôros; Trigo 54 Alqueires e 6/8; Sevada 11 Alqueires e 5/8; Fôros a Doar não Reunidos: 11890; frangos 17 g^a; 1^a Capitaes a metal: 1474700”

“Santos: Santo André, Santa Anna e Santo Antonio todos com resplendor de prata. Paramentos: Cazula branca; e encarnada; Verde; Rôxa tudo para Missa completa de Damasco em mui uzo, com galões de torçal, Cital de Damasco encarnado, agaluado de galão de ouro falço, Calece de prata dourada completo 2 Alvas completas, e Sanguinos, Cineta 1 Cruz e Ceriaes Cereais de Pao prateado, percional. 2 Mangas de Cruz branca e preta, 1 Banqueta de Pao prateado 1 Missal, 4 toalhas de Altar”

Este documento (Cx.03.125), apesar de parecer um rascunho devido à sua desorganização, rasuras e indicações finais, é muito importante, pois contém um inventário de bens da Irmandade de Santo André e Almas, alguns dos quais se encontram ainda hoje na igreja de São Martinho. Também dá indicações acerca das receitas económicas da Irmandade, procedentes de propriedades foreiras, e, sobretudo, indica os anos da sua fundação e reforma (para os quais não temos mais nenhuma informação).

Neste espaço publicamos documentos históricos, fotografias antigas de pessoas, espaços e eventos que fazem parte da história de Sintra. Pretende-se dar a conhecer aos leitores, uma parte da história das nossas Paróquias, também através de transcrições de documentos referentes a vários grupos e eventos passados existentes no nosso arquivo histórico.

Outros documentos fornecem-nos também informações importantes acerca desta Irmandade: O altar de Santo André da Igreja de São Martinho recebeu, por um breve de Pio VI dado em 1783, indulgências plenárias para os defuntos por quem se rezasse lá missa (Cx.03.129). No Museu de São Martinho está também uma placa que diz “Altar privilegiado in perpetuum”, que poderia pertencer ao altar de Santo André.

O documento Cx.03.095 informa-nos que em 1902 a Junta de Paróquia de São Martinho, por ordem da Administração do Concelho, devia ter incluído no seu orçamento, os bens da extinta Irmandade de Santo André e Almas (o que não fez) mostrando que a Irmandade deve ter sido extinta no ano anterior, 1901, com quase cinco séculos de existência (1409-1901).

José Pedro Feliciano Doutor

Cruz Alta

ASSOCIAÇÃO CULTURAL CRUZ ALTA 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. 3555534/13

Direção:

P. Armindo Reis, P. Jorge Doutor,
P. Joaquim Inácio, Mafalda Pedro,
Álvaro Camara de Sousa,
José Pedro Salema.

Colaboração:

Miguel Forjaz, Pe Joaquim Inácio,
José Pedro Feliciano Doutor

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema, Pedro Martins, Rita Torres,
Adérito Martins, Luis Dionisio, Rafael Prieto Mendieta.

Revisão de textos:

Arminda Inácio.

Área Financeira:

Mafalda Pedro.

Distribuição:

João Valbordo, Manuel Sequeira.

Publicidade:

Álvaro Camara de Sousa.
926 890 565
cruzalta-publicidade@paroquias-sintra.pt

Impressão:

Empresa Gráfica Funchalense
MORELENA – PERO PINHEIRO
Tiragem deste número:
1400 exemplares.

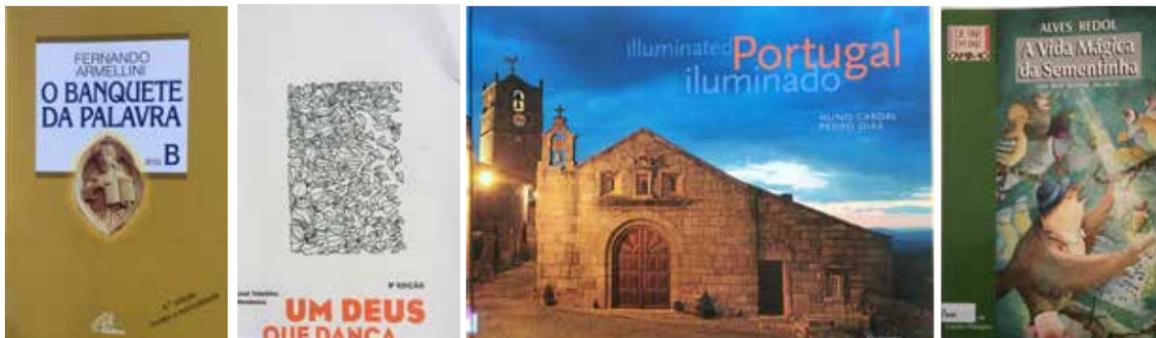
Biblioteca UPS

Isabel Pereira

2024, Janeiro. Um novo ano, a festa do Natal continua e o Deus Menino pôde proporcionar-nos a «alegria interior de luz e paz(Papa Francisco)»

Livros escolhidos para o mês de Janeiro e expostos na estante dos Livros do Mês

- *1. **Ano litúrgico B**, dedicado ao evangelho de S. Marcos
- *2. Cardeal José Tolentino de Mendonça, **prémio Pessoa de 2023**
- *3. **Portugal** e o brilho das luzes
- *4. Uma bela história para **os mais pequenos...** e não só!



- *1. **O Banquete da Palavra- ano B** / Fernando Armellini, Paulinas, 1996
- *2. **Um Deus que dança** / José Tolentino Mendonça, A.O., 2011
- *3. **Portugal iluminado** / Nuno Cardal e Pedro Dias, Quimera, 4ªed. 2010
- *4. **A vida mágica da sementinha** - Uma breve história do trigo / Alves Redol, Caminho, 7ªed. 2007

Ler! Ler! Ler!

Ano Novo, vida nova! **Requisite livros!** E leve-os para ler em casa, num jardim, no café, nos transportes, numa fila de espera, ... ("Vamos ler", Eugénio Lisboa), adapt.

E não se esqueça de **preencher uma ficha de requisição** (na estante dos livros do mês).

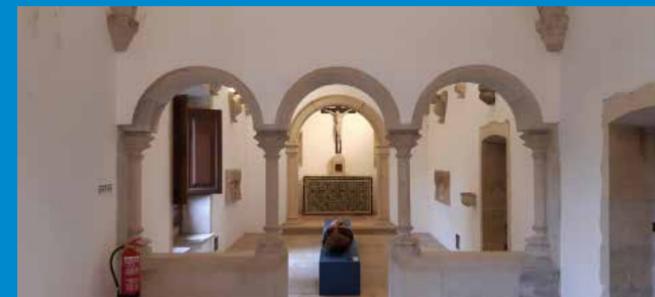
Nota final: A **Biblioteca UPS**, composta na sua grande maioria por obras doadas, é de todos e para todos... e há livros para todos os gostos!

Consulte (UPS) www.paroquias-sintra.pt e/ou biblioteca.paroquias-sintra.pt

Boas Festas e um 2024 abençoado

(O texto segue a antiga grafia)

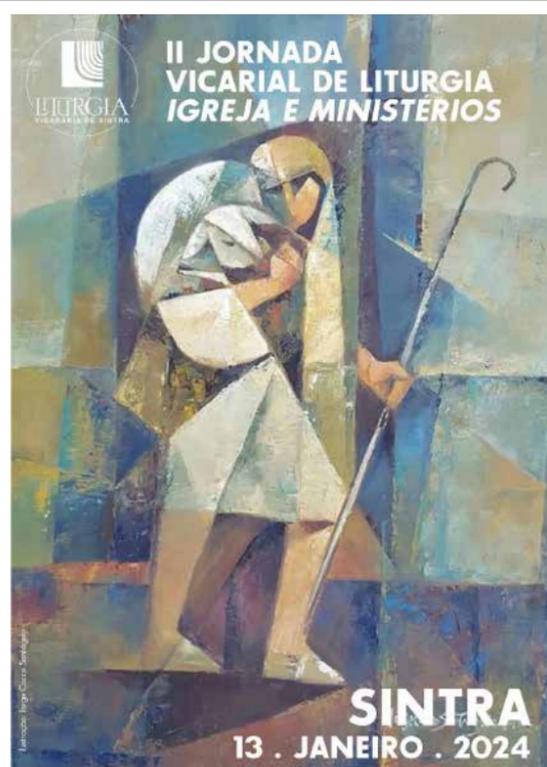
À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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 uma fonte em Morelinho.



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