



Distribuição Gratuita

Cruz Alta



Julho 2026

Edição nº 243 - Ano XXIV
Diretor: P. Armino Reis

www.paroquias-sintra.pt

FESTA DE SÃO PEDRO

ANIVERSÁRIOS DE SACERDÓCIO

PÁGINAS CENTRAIS

**Dia da Criança
no Estabelecimento
Prisional de Sintra**



Página 4

**Ordenações
Presbiterais e Diaconais**



Página 5

**Entrevista de Vida:
Teresa Vieira**



Página 10

EXPOSIÇÕES CANINAS SINTRA 2026

LARGO DE SÃO JOÃO DAS LAMPAS

25.07.2026 26.07.2026
43.ª Exposição Nacional (CAC) 41.ª Exposição Internacional (CAC/FCI-CACIB)



Igreja da Abrunheira - Notícias

Página 3



Editorial
Luis Dionisio

Verão: Tempo de Luz, Tempo de Solidariedade

O verão chega sempre com a promessa de dias longos, calor e descanso. Mas, para muitas pessoas da nossa comunidade, julho não traz apenas sol: traz também silêncio, solidão e vulnerabilidade. É precisamente por isso que este é o momento certo para recordar que a estação mais luminosa do ano deve ser também a mais solidária.

A paróquia e os grupos de ação social (Conferência S. Vicente de Paulo, Gota a Gota e Santa Casa da Misericórdia de Sintra), têm sido, ao longo dos anos, um ponto de encontro e apoio para quem mais precisa. No entanto, o verão coloca desafios particulares. Muitos vizinhos viajam, as rotinas mudam, os serviços abrandam, e aqueles que já vivem isolados acabam por ficar

ainda mais afastados. Os idosos que passam dias inteiros sem visitas, as famílias que enfrentam dificuldades económicas agravadas pelas férias escolares, as pessoas doentes que dependem de pequenos gestos de cuidado: todos eles precisam que a comunidade permaneça atenta.

É aqui que entra a responsabilidade de cada um. A solidariedade de verão não exige grandes ações; exige sobretudo presença. Uma visita breve, uma chamada telefónica, uma ida à farmácia por alguém que não pode sair, um convite para um café, um saco com alimentos, são gestos simples que mudam vidas. E, no calor de julho, esses gestos tornam-se ainda mais importantes.

A paróquia continuará a pro-

mover iniciativas de proximidade, mas nenhuma instituição substitui a força de uma comunidade que cuida. O verão é tempo de descanso, sim, mas não pode ser tempo de indiferença. Que cada um de nós encontre, nestes dias luminosos, a oportunidade de iluminar também a vida de alguém.

Porque a verdadeira luz do verão nasce quando nos lembramos uns dos outros.



A Melhor Parte
Diác. Vasco d'Avillez

Está o Verão à porta!

Estamos outra vez no meio de uma onda de calor que todos os anos nos visita, mas á qual nunca nos habituamos, de maneira que achamos que este calor está a ser o mais terrível de sempre! E está a ser duro mas nós aguentamos porque temos de aguentar e porque vem sempre, ao fim de uns dias, um bocadinho de chuva e uma aragem que tornam tudo melhor e mais fácil de aguentar.

A nossa vida é também assim e pensamos muitas vezes que é dura de mais e que temos muito trabalho que se torna insuportável, mas depois rezamos e pedimos ajuda a Deus e é como se uma brisa de ar fresco entrasse na nossa alma e nos desse outra perspectiva. Hoje mesmo fomos alertados para a frase do Evangelho que nos põe perante um doente que pede a Deus que o

cure, dizendo: Senhor, se quiseres podes curar-me! E a resposta é imediata e positiva: Quero! Fica curado!

É assim que temos de encarar o nosso dia-a-dia: de forma positiva! Ontem acabámos, por ora, as reuniões do grupo «Conversas sobre Deus» e foi uma enorme alegria ver como todos estão contentes com a forma com progride o trabalho do grupo e de como é útil para a formação de cada um de nós; como já tivemos vários dos membros que aproveitaram estas reuniões para fazerem a preparação para o seu Crisma; como o grupo já trouxe tantos pais a batizarem os seus filhos (ou netos em dois casos) e sobretudo o facto de nos juntarmos e de gostarmos de estar juntos, de rezar juntos e de conversar juntos! Em outubro reco-

meçaremos...

Estas são as perspectivas que devemos ter da vida e sem dúvida podemos com este exemplo influenciar outros que assim encontrem um grupo divertido; simples; alegre e sempre pronto a aprender mais sobre a nossa Fé e sobre o nosso Deus.

Há muitas outras coisas que podemos fazer, para bem da Igreja, e a primeira é dizer ao nosso Pároco em que é que podemos ajudar para além daquilo que já fazemos, estarmos disponíveis, para o que for preciso e ter imaginação para sermos úteis.

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



Os Nossos Padres

Pe. Jorge Doutor

O dom do sacerdócio e do diaconado

No próprio dia da Solenidade de S. Pedro e S. Paulo (29 de junho), ou no domingo mais próximo, é habitual haver a celebração de Ordenações, na maior parte das Dioceses.

No domingo, 28 de junho de 2026, a Diocese de Lisboa alegrou-se com a Ordenação de 8 Padres e 3 Diáconos (que, se Deus quiser, serão também ordenados Padres daqui a alguns meses)! Convido-vos a conhecerem melhor estes jovens que aceitaram o convite do Senhor, para Lhe oferecem as suas vidas, ao serviço da Igreja e para bem da Humanidade. Podem ver uns breves vídeos que cada um deles gravou, falando da sua vocação, disponíveis no sítio oficial do Patriarcado de Lisboa, em <https://www.patriarcado-lisboa.pt>

No mesmo dia, na Diocese de Luanda (a que pertence o nosso Padre Joaquim Canguia Inácio), foram também ordenados 15 Diáconos e 2 Padres – o maior número desde há muitos anos! Podem conhecê-los em <https://www.facebook.com/arquidioceseluanda1940>

Tudo isto é motivo de alegria para todos nós, Igreja, pelo dom do sacerdócio que Deus continua a suscitar. A esta alegria junta-se também a alegria de o clero da nossa Unidade Pastoral de Sintra ter também comemorado os seus aniversários de Ordenação:

- P. Joaquim, ordenado Sacerdote no dia 24 de junho de 2012, com mais dois colegas;

- P. Armindo e P. Jorge,

ordenados Sacerdotes no dia 29 de junho de 1996, com mais oito colegas;

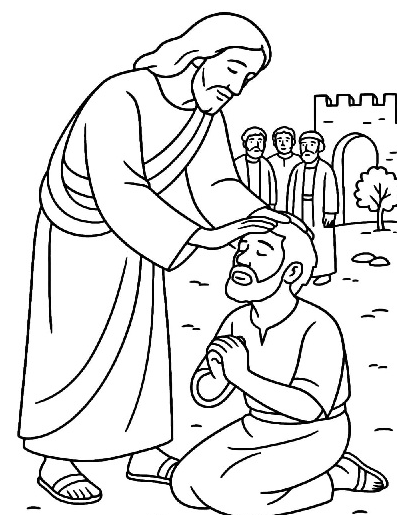
- Diác. Carlos, ordenado Diácono no dia 1 de julho de 2007;

- Diác. Vasco, ordenado Diácono no dia 2 de julho de 2017.

O ministério ordenado, nos seus três graus (Diácono, Padre e Bispo) é fundamental para que Cristo continue a oferecer o Seu Amor, a Sua Graça (também através dos sacramentos) e continue a pastorear o Seu povo, estando presente naqueles a quem comunica estas vocações!

Pessoalmente, dou graças a Deus por me ter feito este convite a consagrar-me a Ele (tinha eu 18 anos); o ter confirmado ao longo do discernimento e formação que fiz nos Seminários Diocesanos de Almada e Olivais e pelos trinta anos de sacerdócio em que tenho tido o grande contentamento de ir percebendo que, através deste limitado instrumento que sou eu, Cristo tem chegado a muitas pessoas, que vão cruzando o meu caminho, nomeadamente nas paróquias de Belas, Queluz, Benedita, Sintra e, também, no Hospital de Alcobaça e no Estabelecimento Prisional de Sintra, para onde os sucessivos Patriarcas de Lisboa me nomearam (D. António Ribeiro, D. José Policarpo, D. Manuel Clemente, D. Rui Valério)!

Deus seja louvado!





IGREJA NA VÁRZEA - notícias!

Pe. Armindo Reis

A nossa igreja da Várzea de Sintra está concluída, mas ainda temos dívidas da obra. Temos a agradecer muito os donativos que continuam a aparecer:

Donativo anónimo – 10,00€

Donativos pelo café e bolos – 205,00€

Donativo anónimo – 20,00€

Almoço da Festa de N. Srª da Visitação – 1.861,00€

Donativos de L. D. – 64,00€

Cx. Ofertas – 110,00€

Donativo do Espaço Solidário – 150,00€

Donativo do Grupo Mãos em Movimento – 1.000,00€

Queremos fazer um agradecimento especial aos grupos MÃOS EM MOVIMENTO e ESPAÇO SOLIDÁRIO que todos os meses nos têm ajudado com o fruto do seu trabalho.

Quem quiser poderá contribuir através do IBAN do Santander Totta: PT50 0018 0000 4012 6353 00112 e, se o pretender, solicitar-nos o respetivo recibo. ■



Construção da igreja da Abrunheira – Notícias!

Pe. Armindo Reis

A obra da igreja da Abrunheira continua a decorrer na edificação das alvenarias.

A empreitada das alvenarias em curso orça em 85.000,00€ + IVA, só com uma parede exterior (ficará a faltar a 2ª pare-

de no interior).

Estamos a recorrer a empréstimos, por enquanto das próprias comunidades da Unidade Pastoral de Sintra.

No último mês, a Comunidade da Abrunheira agradece os seguintes donativos (alguns dados para a Festa):

Donativo anónimo – 100,00€

Donativo anónimo – 100,00€

Donativo anónimo – 30,00€

Donativo da Variant Glamour – 100,00€

Donativo anónimo – 50,00€

Donativo do Espaço Solidário – 100,00€

Donativo do Grupo Mãos em Movimento – 500,00€

Donativo de F.M. – 120,00€

Donativo de A. F. – 600,00€

Donativo Funerária S. Carlos – 500,00€

Donativo Abruclínica – 160,00€

Donativo MAFEP – 1.000,00€

Donativo SAME – 100,00€

Donativo Luís Mourão Unipessoal – 50,00€

Donativo de D.N. – 100,00€

Donativo URBANIGREGORIO – 50,00€

Donativo de A.P.C. – 590,00€

Donativo de M.J.C. – 30,00€

Ofertas pelos bolos e café – 286,90€

Outros donativos – 450,00€

Recebemos muitos outros do-

nativos em dinheiro, em géneros, e sobretudo em trabalho, para a Festa de Santo António que não nos é possível publicar em detalhe. A Festa deixou uma receita de cerca de 12.000,00€, o que é uma ajuda de relevo para a nossa obra. Agradecemos muito a todos os que trabalharam e fizeram as suas ofertas.

Quem quiser contribuir para a construção da igreja da Abrunheira poderá fazê-lo através do IBAN do Novo Banco: PT50 0007 0000 1233 8700 1192 3 e, se o pretender, solicitar-nos o respetivo recibo. ■



Julho: O Preciosíssimo Sangue de Jesus, fonte de Vida

Clara Bonito

No passado mês de junho, meditámos no Sagrado Coração de Jesus, Coração Eucarístico, presente nos sacrários com o Seu Corpo, Sangue, Alma e Divindade, “Deus conosco” (Mt 1,23), à nossa espera e intercedendo continuamente por nós e pelo mundo: um Coração que ama, que chama e deseja a nossa amizade, a nossa presença e o nosso amor. Neste mês de julho, somos convidados a olhar para o Preciosíssimo Sangue de Jesus, que brota desse mesmo Coração cheio de amor. Jesus deu a Sua vida na Cruz por todos nós

e derramou o Seu Preciosíssimo Sangue para a nossa salvação. Na Sua dolorosa Paixão, derramou-o por onde passou, para purificar, santificar e salvar o mundo. No Getsémani iniciou a Sua entrega; diante do Sinédrio, na Sua humilhação, deixou correr o Seu Sangue, lembrando-nos que toda a realidade humana precisa de Deus; no palácio de Herodes e no Pretório ofereceu o Seu Sangue por todos os que exercem responsabilidades. Derramou-o também em abundância sobre todos aqueles que fazem sofrer com crueldade e maldade. Pelas

ruas, onde tanto pecado é cometido, o Seu Sangue foi igualmente derramado para redimir o mundo. A Missa torna presente o sacrifício da Cruz, onde o próprio Jesus Se oferece por nós. Quando comungamos, ficamos unidos a Ele, e Ele permanece em nós. Essa união com Cristo torna-se fonte de graça e de conversão contínua. Em Fátima, o Anjo ensinou aos pastorinhos que Jesus está realmente presente na Eucaristia. Na terceira aparição, trouxe um cálice e uma hóstia e, prostrando-se por terra, ensinou-lhes uma oração de adoração e repa-

ração à Santíssima Trindade. Depois, deu a Comunhão: a hóstia à Lúcia e o Preciosíssimo Sangue a Francisco e Jacinta, convidando-os a reparar os pecados e a consolar Deus. A Beata Alexandrina de Balazar, Apóstola da Eucaristia, viveu também um grande amor a este sacramento. Ofereceu a sua vida pelos outros e convida-nos a vivê-lo com mais amor, através da devoção das primeiras quintas-feiras, como expressão de adoração, amor e desagravo. Ao longo da história, os milagres eucarísticos e a solenidade do Corpo de Deus recordam-nos

que Cristo está verdadeiramente presente na Eucaristia e se faz alimento para nós. Somos chamados a viver melhor a Eucaristia: Procurar Jesus no sacrário, adorá-Lo e recebê-Lo com o coração preparado, através da oração e da confissão. Neste tempo de férias, não tiremos férias de Jesus. Ele é o Amor dos amores e o verdadeiro remédio para a nossa alma.

“Jesus, eu creio, adoro, espero e amo-Vos. Bendita e louvada seja a divina Eucaristia.” ■

ABC da Teologia

Neste espaço, procuramos conhecer melhor várias palavras relacionadas com a Teologia. Seguimos uma ordem alfabética. O texto é adaptado do livro “Vocabulário Básico do Cristão” de Álvaro Ginel (ed. Salesianas, Porto).

Diocese – Delimitação de um território por parte da Igreja. Para governar e animar a fé dos crentes é nomeado um bispo; este é ajudado por sacerdotes, diáconos e leigos. Um sinónimo de diocese é Igreja particular.

Direito Canónico – O nome técnico é Código de Direito Canónico. Livro que contém a recopilação das leis gerais da Igreja. O primeiro foi pro-

mulgado a 27 de maio de 1917 por Bento XV. O Código atual data de 15 de janeiro de 1983 e recolhe as orientações do Concílio Vaticano II.

Discípulo – Alguém que segue um mestre e que se deixa instruir por ele. Jesus teve muitos discípulos e doze apóstolos.

Dispensa – Ato de governo eclesiástico pelo qual é anulada a força obrigatória de uma

lei da Igreja num caso particular.

Divórcio – Rutura do matrimónio válido na vida de ambos os cônjuges. Muitos países têm leis que aprovam o divórcio. A Igreja não o admite, seguindo os ensinamentos de Jesus (Mt 19, 3-8).

Doutrina – É o conteúdo do ensino autêntico da Igreja. «Ensinar a doutrina» equi-

vale a suscitar a fé, ajudar a conhecer a Deus e a orientar a própria vida para Ele. É essencial para o ensino da doutrina a referência e a vida da comunidade crente. Caso contrário, existiria o perigo da teorização da fé.

Dogma – Significa «princípio, decisão, decreto». A Igreja chama dogma ou dogmas às verdades que formam o conjunto seguro da fé.

Domingo – O primeiro dia da semana, dia em que ressuscitou o Senhor, por isso domingo = dia do Senhor. Os crentes celebram o domingo descansando e fazendo memória das maravilhas de Deus, especialmente a sua ressurreição e nova criação. **Eclesiologia** – Tratado teológico que estuda a Igreja.

O DIA DA CRIANÇA CELEBRADO NO ESTABELECIMENTO PRISIONAL DE SINTRA

No passado dia 2 de junho, o EP Sintra retomou uma atividade que há mais de 10 anos não se realizava.

Decorreu uma festa celebrativa do Dia da Criança, na qual as crianças puderam viver um momento lúdico, em conjunto com os seus pais.

Para a atividade, inscreveram-se 19 reclusos e 27 crianças, entre os 3 e os 10 anos. A atividade foi desenvolvida por 3 voluntários, com experiência na dinamização de momentos infantis, sendo eles professores e atores. A decoração foi efetuada por reclusos que frequentam o curso EFA – Escola de Formação de Adultos, que, neste EP é dinamizada pelos professores da Escola D. Carlos I.

Na atividade as crianças efetuaram a exploração do livro pop up ‘O monstro das cores’, sempre com a ajuda da expressão corporal, música e diálogo entre os animadores e as crianças.

Em alguns casos, e de forma espontânea, os pais participaram da dinamização, estando num momento de maior proximidade com os filhos.

No final foi desenvolvida uma atividade em família, para a construção de um objeto, em argila polimérica, para que cada criança pudesse levar com ela uma memória sensível do momento passado com o pai.

Na despedida cada criança recebeu um pequeno lanche e um presente, oferta de entidades parceiras do nosso Estabelecimento Prisional.

Tendo sido um momento mui-

to intenso de emoções e partilha, deixamos os comentários de um dos animadores: “Fazer parte de uma ação de voluntariado deste nível, fez-me refletir sobre muitas coisas, modo de vida, em como nós tendemos a viver em uma única bolha social em que ignoramos o sofrimento ao nosso redor... pensei nos ensinamentos de Jesus, pois ele não andava somente com os bons de coração e sim com quem necessitava de amor, de perdão, aprender sobre a benevolência... tudo isso sem julgar o próximo e sim acolher para ensinar! E eu fui de coração aberto para aprender e poder ensinar o pouco que sei. Mas acima de tudo fui para amar ao meu próximo. Eu vi amor, arrependimento, crescimento, saudade, renovação, eu vi a inocência de uma criança, o seu amor incondicional... O sorriso e as lágrimas de quem ama.

E no final aprendi um pouco mais sobre a lição deixada por Ele: Amar ao nosso próximo como a nós mesmos. Sou muito grata por ter tido esta oportunidade.”

Um outro animador referiu que: “O que mais me marcou nesta atividade foi a possibilidade de contribuir para um momento de encontro entre pais, mães e filhos num contexto onde a separação é uma realidade difícil e constante. Através da história, da conversa sobre emoções e da atividade criativa, procurámos criar um espaço de partilha e proximidade. Foi muito especial ver as fa-

mílias a construírem algo juntas e a levarem consigo não apenas um objeto, mas também a memória de um momento vivido em conjunto. São gestos simples, mas que ganham um significado maior quando o tempo partilhado é tão precioso.

Levo desta experiência um profundo sentimento de gratidão e a certeza de que criar oportunidades para fortalecer os laços familiares pode fazer uma diferença muito importante na vida destas crianças e das suas famílias.”

Para finalizar, recolhemos a experiência vivenciada por uma das dinamizadoras da atividade: “A visita extraordinária do Dia da Criança, realizada ao abrigo do artigo 112.º do Regulamento Geral dos Estabelecimentos Prisionais (REGP), foi para o Estabelecimento Prisional muito mais do que uma simples visita, constituiu um espaço de criação e fortalecimento de laços afetivos, de partilha de atividades e de vivência de um momento que, apesar de decorrer em contexto prisional, conseguiu ultrapassar simbolicamente as grades da prisão, tanto para os pais reclusos como para as crianças.

Graças ao contributo dos voluntários, foi possível proporcionar uma visita diferente, onde as famílias puderam explorar emoções e sentimentos através de atividades conjuntas, culminando na realização de um trabalho plástico entre pais

e filhos, que estes levaram consigo como recordação deste dia especial. Momentos como este assumem extrema importância, pois permitem olhar para o homem/recluso para além do erro cometido e observar a sua interação e dinâmica familiar, dimensões que nem sempre são perceptíveis em contexto de atendimento técnico. No final da atividade, procedeu-se à distribuição de brinquedos e lanches, gentilmente oferecidos por entidades que habitualmente colaboram com o EP Sintra. Foi particularmente gratificante assistir ao reconhecimento demonstrado por duas crianças que, no final, fizeram questão de agradecer aos voluntários pela atividade



Painel elaborado pelos reclusos que frequentam o ensino EFAB3a no EP Sintra



proporcionada.” Na tarde do dia 2 de junho, certamente que os 19 reclusos se sentiram livres para serem pais da forma mais genuína, sentindo e criando memórias conjuntas.

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

Sinusite

A sinusite, também chamada rinosinusite, é uma inflamação dos seios perinasais, cavidades cheias de ar localizadas nos ossos da face e ligadas ao nariz. Os dois seios frontais localizam-se exatamente sobre as sobrancelhas; os dois seios maxilares nas maçãs do rosto e os dois grupos de seios etmoidais, de ambos os lados da cavidade nasal. Por trás destes existem, escondidos, os dois seios esfenoidais. A sinusite pode aparecer em qualquer destes quatro grupos de seios: frontais, maxilares, etmoidais ou esfenoidais. É uma doença muito frequente e pode surgir em qualquer idade. Habitualmente aparece após uma constipação gripe ou crise alérgica. Pode ser aguda, quando dura menos de 4 se-

manas, ou crónica, quando os sintomas persistem por mais de 12 semanas.

Causas

A sinusite tem várias causas. As mais comuns são as infeções virais, responsáveis pela maioria dos casos após constipações ou resfriados. Também pode ser provocada por bactérias, sobretudo quando os sintomas persistem ou pioram após alguns dias. As alergias respiratórias, como a rinite alérgica, favorecem a inflamação e obstrução nasal. Outras causas incluem desvio do septo nasal, pólipos nasais, tabagismo, poluição, problemas dentários e diminuição das defesas do organismo, como no caso da diabetes.

Sintomas

Os sintomas variam conforme a gravidade e duração

da doença. Os mais frequentes são:

Congestão e obstrução nasal; corrimento nasal espesso, amarelado ou esverdeado; dor ou pressão na face, especialmente na frente, maçãs do rosto ou à volta dos olhos; febre, no caso de infeções bacterianas mais graves; tosse e diminuição do olfato. De notar que a localização da dor geralmente tem relação direta com a inflamação dos diferentes seios perinasais afetados.

Na sinusite crónica os sintomas podem ser mais ligeiros, mas persistentes.

Diagnóstico

O diagnóstico é principalmente clínico baseado no tipo das queixas e da observação médica. Em casos persistentes, recorrentes ou complicados podem ser ne-

cessários exames complementares como a TAC dos seios perinasais, para determinar a verdadeira extensão e gravidade da sinusite, ou a endoscopia nasal do foro da otorrinolaringologia.

Tratamento

O tratamento depende da causa e gravidade. O objetivo é melhorar o esvaziamento ou drenagem dos seios e curar a infeção. Na maioria das sinusites virais é suficiente o tratamento sintomático, como instilações nasais com soro fisiológico, boa hidratação, descongestionantes nasais, medicação para febre e dor. Quando existe suspeita de infeção bacteriana está indicada a prescrição de antibióticos específicos. Em doentes com componente alérgica podem usar-se anti-histamínicos, ou corticoides nasais.

Na sinusite crónica é importante tratar fatores associados, como alergias, tabagismo ou alterações anatómicas. A antibioterapia deverá ser mais prolongada. Nalguns casos pode ser necessária cirurgia para melhorar a drenagem dos seios perinasais e eliminar o material infetado.

Prognóstico e prevenção

A maioria dos casos tem boa evolução e resolve sem complicações. Contudo, sinusites não tratadas ou mal tratadas podem raramente originar complicações orbitárias ou intracranianas. Para prevenção recomenda-se evitar o tabaco, tratar alergias, manter boa higiene nasal e hidratação adequada, especialmente durante infeções respiratórias. ■



Exploradores em Cena: Entre Pratos, Julgamentos e Mistérios!

Escuteiros - Agrupamento 1134 - Explora-

No passado dia 6 de junho, os Exploradores realizaram um Teatro acompanhado por um jantar que ficou na memória de todos. Foi um momento muito especial, não só pela originalidade, mas também pelo seu objetivo: angariar fundos para as atividades que vamos realizar em Kandersteg, uma aventura que todos estamos muito entusiasmados por viver.

O jantar foi preparado e servido por nós, Exploradores, e foi um desafio que nos ajudou a mostrar o nosso sentido de responsabilidade, organização e espírito de equipa. Já o teatro foi diferente do habitual: desta vez transformámos o palco num tribunal! A história, sobre o misterioso homicídio de três freiras, prendeu a atenção de toda a gente, com momentos de suspense, acusações e algumas surpresas pelo meio.

O mais especial foi que tudo foi pensado, preparado e realizado por nós. Isso tornou o sucesso ainda mais importante e deu-nos um grande orgulho. A adesão do público foi incrível e o ambiente ao longo da noite foi mesmo muito bom.

No final, ficou a sensação de missão cumprida e a certeza de que momentos como estes fazem crescer não só o grupo, mas cada um dos Exploradores. ■



Ordenações regressam aos Jerónimos com oito novos padres

Extraído do site do patriarcado

As Ordenações Presbiterais e Diaconais, no passado Domingo, dia 28 de junho, pelas 16h00, tiveram novamente lugar na Igreja de Santa Maria de Belém, no Mosteiro dos Jerónimos. Na celebração, o Patriarca de Lisboa, D. Rui Valério, ordenou oito novos padres diocesanos e três diáconos tendo em vista o sacerdócio.

Este regresso ao Mosteiro dos Jerónimos acontece após quatro celebrações de Ordenações – incluindo a Ordenação Episcopal de D. Rui Gouveia, Bispo Auxiliar

de Lisboa – na Igreja de São Vicente de Fora, em Lisboa, devido às obras de conservação e restauro.

Durante a celebração, foram ordenados oito novos padres. São cinco os alunos do Seminário Maior de Cristo Rei dos Olivais que foram ordenados: Diáconos António Lopes, António Raimundo, Daniel Balhico, Frederico Matos e João Maia.

Do Seminário 'Redemptoris Mater' Nossa Senhora de Fátima, em Caneças, foram ordenados três alu-

nos: diáconos Emmanuel Moreton, Dilson Lazary e Santiago Villalóbos.

Foram também ordenados três diáconos com ânimo de ascender ao presbiterado, todos alunos do Seminário dos Olivais: Diogo Branco, Jobin Jonhy e José Alberto Rodriguez.

A Vigília de Oração pelos Ordinandos vai decorrer na noite da próxima sexta-feira, dia 26 de junho, às 21h30, na capela do Seminário dos Olivais, presidida por D. Nuno Isidro, Bispo Auxiliar de Lisboa. ■





VOLUNTÁRIO PRECISA-SE

Joca

Parece um anúncio à porta de um comércio, mas é mesmo no jornal Cruz Alta:

PROCURA-SE:

- * Homem ou mulher;
- * Sem limite de idade;
- * Livre na segunda sexta-feira de cada mês (estamos ao serviço todos os meses do ano).

* Horário: 10h30 - 13h15; 14h15 - 16h30 (também pode ser fazer entregas ao domicílio, pelas 15h).

Disponibilidade: uma das faixas horárias ou as duas; fazemos a pausa para almoço (a refeição é confeccionada pelas nossas voluntárias «cozinheiras profissionais»).

REQUISITOS:

- * Gostar de arrumar
- * Coração aberto, boa disposição, alguma paciência

É neste período de final do ano que temos tempo para pensar no que vamos fazer no ano que vem. Tenho tempo livre? Sou recém reformado? E por que não ajudar na paróquia?

A paróquia é um lugar que oferece tantas possibilidades: encontrar novos amigos, enriquecermo-nos no caminho da santidade, dar e receber testemunhos do Amor de Cristo... O GOTA A GOTA - GRUPO DE AÇÃO SOCIAL pode ser esse lugar dos seus

tempos livres pronto a receber esse Amor.

O que é o Gota a Gota? Com certeza já ouviu falar dele na nossa paróquia! Este grupo nasceu há 28 anos, no Dia da Unidade Pastoral. A ideia era ajudar as crianças de famílias carenciadas. Com altos baixos, com baixos e altos, desde então nunca deixou de existir. Hoje a atividade principal é a distribuição de um cabaz alimentar a todas as famílias que vivem perto de nós e nos batem à porta. São hoje 60 famílias, num total de 197 pessoas. As dificuldades destas famílias são identificadas. As ajudas vêm do Banco Alimentar, de empresas privadas, de estabelecimentos de ensino, da União de Freguesias de Sintra, de paroquianos e outros doativos vários.

O cabaz de base é composto por produtos secos de mercearia, produtos frescos, produtos congelados, segundo o que conseguimos angariar ou comprar mês a mês.

São muitas as ajudas que chegam à «dispensa» do Gota a Gota. O dia de voluntariado principal é na «famosa» segunda sexta-feira de cada mês.

Hoje somos um grupo cheio de vida e alegria, mas não estamos em número su-



ficiente para efetuar todo este trabalho. Conseguimos criar laços de amizade, partilhar histórias e experiências. A nossa hora de almoço em conjunto é muito importante, para apreciar as qualidades uns dos outros, agradecer a nossa ação, e até trocar receitas. É com prazer que os nossos párcos e alguns membros ativos da nossa paróquia estão também presentes nestes momentos.

Outros nos antecederam, outros ajudam-nos a continuar e agora estamos à vossa espera para não deixar o Gota a Gota parar, nestes momentos difíceis, com aumento do custo de vida, problemas de habitação, etc.

«Senhor ajuda-nos a estar atentos às dificuldades do próximo e a abrir as mãos e o coração para que as famílias carenciadas possam contar com a nossa ajuda».

Responder para:

Unidade Pastoral: Tel.: 966 223 785 / paroquias.sintra@gmail.com.

Gota a Gota: Adelaide Ary tel.: 960058180 /gotaagota.grupo.acao.social@gmail.com.



Bolsas de Estudo Rotary Club de Sintra

O Rotary Club de Sintra realizou no passado dia 20 de junho, na Sala Cardeal Policarpo da Igreja de S. Miguel, a entrega anual de 15 bolsas de estudo e 2 prémios de mérito escolar a alunos dos agrupamentos de escolas do Monte da Lua e de Mem-Martins, no âmbito dos projetos orientados para a educação.

Parabéns aos contemplados!



Rotary Club de Sintra



Gota a Gota-Grupo de Ação Social Artigos doados em junho 2026

Artigos	Quan.	Artigos	Quan.
Fraldas Nº2	6	Atum	812
Fraldas Nº3	4	Salsichas	122
Fraldas Nº4	8	Tomate	4
Fraldas Nº5	7	Massa	61
Fraldas Nº6	6	Esparguete	61
Fraldas adultos L	6	Arroz	130
Toalhitas	9	Grão e Feijão	122
Shampoo + Gel	12	Azeite	72
Papel Higiênico	18	Óleo	12
Bolacha Maria/Torrada	99	Leite c/Chocolate (1000ml)	72
Aptamil/Nan Nº 1	2	Leite UHT Meio Gordo L	832
Aptamil/Nan Nº 2	64	Açúcar	60
Aptamil/Nan Nº 3	5	Nescafé descafeinado	18
Aptamil/Nan Nº 4	2	Leite magro	6
Farinha Láctea (Cerelac)	20	leite S/Lactose	66
Flocos Cereais / Mel	31	Congelados	650
Cereais/Corn Flakes	20	Parmalat (logurtes)	480
Chocapic	21	Sopas	80
Natas	196	Sumos	188
Queijo	65		
	601		3848
Total de artigos doados:		4449	
Banco Alimentar:		1338,4 Kg	



Cisma

Nota explicativa

Desde os tempos de São Paulo VI até aos últimos diálogos, realizados recentemente pelo Dicastério para a Doutrina da Fé, as múltiplas tentativas de reconduzir os aderentes ao movimento iniciado por Mons. Marcel Lefebvre à plena comunhão com a Igreja Católica revelaram-se infrutíferas. Esta situação agravou-se ainda mais em consequência das recentes consagrações episcopais celebradas sem mandato pontifício, contra a vontade do Santo Padre, em manifesta violação do direito canónico.

Por isso, este Dicastério [...] considera necessário reconhecer que tal ato configurou o delito de cisma, com as respetivas consequências canónicas para os ministros sagrados e para os fiéis leigos envolvidos. [...]

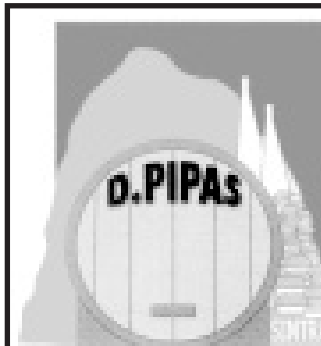
1. Os ministros sagrados pertencentes à Fraternidade Sacerdotal São Pio X encontram-se em situação de cisma e devem, por conseguinte, ser considerados cismáticos ficando sujeitos à excomunhão prevista pelo direito (cân. 1364, §1, CIC).

2. No que diz respeito aos fiéis leigos, devem ser considerados cismáticos e excomungados aqueles que aderem formalmente à Fraternidade Sacerdotal São Pio X [...]

3. Adverte-se o santo Povo de Deus de que os ministros sagrados da Fraternidade Sacerdotal São Pio X administram ilícitamente os sacramentos e que o sacramento da Penitência por eles ministrado, bem como o matrimónio por eles assistido, são inválidos.

A Igreja, como mãe solícita, acolherá com sincero afeto e viva solicitude todos aqueles que desejem regressar à plena comunhão.

Exortam-se, finalmente, todos os fiéis a permanecerem firmes na comunhão com o Romano Pontífice, com os Bispos em comunhão com ele e com toda a Igreja, abstendo-se de participar nas celebrações e atividades promovidas pela referida Fraternidade Sacerdotal São Pio X.



COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA

Restaurante - Cervejaria - Churrasqueira

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

Um ano após a partida do Papa Francisco

O HOMEM DE BRANCO MORREU

Durante anos, fui um peregrino sem mapa, um cren-te adormecido, alguém que, sem dar por isso, foi-se afastando do altar da esperança. A vida, com as suas feridas e cicatrizes, foi-me moldando em silêncio e eu, tantas vezes, fui cedendo à descrença, ao cansaço espiritual, à desilusão com instituições que se perdem no poder, esquecendo o espírito.

Mas eis que surgiu um homem de branco, vindo “do fim do mundo”, como ele próprio se apresentou. Um argentino de sorriso simples e olhar sereno, cuja presença falava mais alto do que muitas palavras: o Papa Francisco.

Jorge Mário Bergoglio chegava do outro lado do mundo para mudar o coração da Igreja e tocar profundamente a consciência do nosso tempo. O primeiro Papa latino-americano em dois mil anos de história, o primeiro pontífice não europeu em mais de doze séculos, o primeiro jesuíta a chegar ao trono de Pedro e o primeiro a escolher o nome de Francisco, inspirado no “Pobrezinho de Assis”.

Surpreendeu o mundo logo naquele entardecer de 13 de março de 2013. A Praça de São Pedro estava suspensa na expectativa quando surgiu, à varanda, um homem de branco — simples, silencioso, quase tímido, que, antes de abençoar o povo, curvou-se e pediu que o povo rezasse por ele.

“Antes que o bispo abençoe o povo, peço-vos que rezeis ao Senhor para que me abençoe.”

Naqueles instantes nasceu um pontificado construído não sobre o poder, mas sobre a humildade, a misericórdia e a proximidade. Logo depois, quebrando novamente o protocolo, recusou os aposentos pontifícios, escolhendo viver no quarto 201 da Casa de Santa Marta, transformando a simplicidade numa forma de testemunho.

Tudo naquele Homem de Branco apontava para o essencial: o Evangelho vivido sem adornos, voltado para os pobres, para as periferias, para os esquecidos.

E também algo de profundo começou a mudar dentro de mim.

Quando perdi os meus pais num intervalo cruel de apenas vinte e cinco dias, faltaram-me palavras capazes de suportar a dor, a revolta, também a gratidão. Foi Francisco quem me ajudou nesses derradeiros momentos de homenagem. Nas suas palavras sobre esperança, misericórdia e amor que não morre encontrei linguagem para o luto e luz para atravessar a escuridão.

“Ninguém se salva sozinho”, dizia ele.

E eu senti que não estava sozinho diante da morte.

A voz de Francisco trouxe-me paz. Deu-me palavras quando o coração já não conseguia falar. Foi ponte entre a fé e a vida concreta, entre o sofrimento humano e a esperança.

E isso mudou tudo.

Entre tantos momentos inesquecíveis do seu pontificado, recordo especialmente aquela tarde de 27 de março de 2020. O mundo estava ferido, paralisado pela pandemia, mergulhado no medo e na solidão. E ali estava ele: sozinho, sob a chuva, caminhando lentamente na Praça de São Pedro deserta.

Um homem só.

O céu pesado.

A humanidade suspensa.

Curvado pela dor do mundo, Francisco caminhava em direção ao crucifixo que sobrevivera à peste em Roma séculos antes, carregando nos ombros o sofrimento de todos: os isolados, os doentes, os que choravam os seus mortos.

Também eu estava em casa, trancado, assustado, confrontado pela fragilidade da vida. E naquele silêncio ouvi a sua oração:

“Senhor, não nos deixes à mercê da tempestade.”

Não consegui conter as lágrimas.

Talvez tenha sido aí que regressei verdadeiramente à Fé. Não como fuga, mas como âncora. Como presença invisível e concreta que habita o silêncio, o vazio e a incerteza.

Francisco mudou a Igreja — talvez não tanto quanto desejava — mas mudou milhões de vidas.

A minha, inequivocamente.

O Homem de Branco nunca cessou de clamar pela paz. Denunciou a loucura das guerras, o comércio das armas, a indiferença das potências mundiais. Falou da Ucrânia, de Gaza, da Síria, do Sudão, sempre com a mesma compaixão pelos que sofrem. Ensinou-nos que a misericórdia é a chave do Evangelho e que a Igreja só tem sentido se for “hospital de campanha”, aberta às dores do mundo e não museu de memórias mortas.

Nas Jornadas Mundiais da Juventude, em Lisboa, ouvi-o dizer uma das frases mais belas e luminosas do seu pontificado, em que cabia quase todo o Evangelho:

“Na vida, só é permitido olhar uma pessoa de cima para baixo... quando for para lhe dar a mão e ajudá-la a levantar-se.”

Mais que respostas fáceis, Francisco trouxe perguntas que ferem e despertam. “Quem sou eu para julgar?”, perguntava ele. E eu percebi quanto orgulho existia nas minhas próprias certezas.

Com ele compreendi que seguir Cristo é desinstalar-mo-nos, é caminhar ao lado dos últimos, é recusar a neutralidade diante do sofrimento humano. É fazer da ternura uma força revolucionária.

Lavando os pés de migrantes, celebrando o Natal com os reclusos, abraçando crianças, chorando pelas guerras esquecidas, Francisco mostrou ao mundo que a fé não é um sistema de ideias, mas uma forma de amar.

Com ele reaprendi a confiar. A acreditar que é possível uma Igreja mais simples, mais próxima, mais verdadeira. Uma Igreja de todos e para todos, todos, todos.

O Homem de Branco morreu. Mas a sua brancura — feita de luz, verdade e ternura — não morrerá nunca.

Ficou-nos o seu rasto de Evangelho vivido. A humildade teimosa. A voz firme e suave que incomodava os poderosos e acolhia os feridos.

Ficou-nos, sobretudo, essa forma única de estar no mundo: com os pés no chão dos pobres e o coração nas alturas de Deus. De um Deus que salva e não castiga, que abraça e não exclui, que espera sempre pelo regresso dos seus filhos.

Francisco partiu como viveu: discreto, sem ruído, de

mãos vazias e alma cheia.

Hoje olho para o céu com os olhos que ele me ajudou a reabrir. E acredito — com a fé reencontrada que me devolveu — que, do outro lado do véu, ele caminha agora entre os bem-aventurados.

Como um peregrino que regressa à casa do Pai. Como um pastor que finalmente descansa.

Obrigado, Francisco.

Porque foste farol no meio da noite escura. Fostes - e continuarás a ser - referência ética e espiritual num mundo perdido no ruído, no espetáculo, no egoísmo e na indiferença.

Pela coragem de ser frágil, de dizer a verdade e de caminhar com os que sofrem.

Por ti voltei a crer, voltei a esperar, voltei a amar.

No teu olhar sereno e nos teus gestos simples reencontrei a centelha da fé que julgava perdida. Não me falaste de um Deus distante, mas de um Deus que abraça, acompanha e nunca desiste dos seus filhos.

Pela tua voz humana e misericordiosa compreendi que a Igreja só tem sentido quando se faz casa dos pobres, hospital de campanha, lugar de encontro e recomeço.

Com a tua coragem, a tua ternura e a tua fidelidade ao Evangelho, devolveste-me a esperança e ensinaste-me que a fé não é refúgio, mas caminho; não é poder, mas serviço; não é condenação, mas compaixão.

Por ti reaprendi a confiar, a rezar e a caminhar. E a acreditar que, mesmo nas noites mais escuras, a luz de Deus continua a procurar-nos.

Francisco, Santo Padre. Francisco, Homem Santo: o teu nome permanecerá escrito no evangelho íntimo do meu coração.

E quando um dia as minhas forças falharem e a estrada se tornar árdua, sei que ecoará dentro de mim o teu testemunho, bússola apontando para a Misericórdia infinita.

Agora que repousas no silêncio luminoso da Basílica de Santa Maria Maior, diante da imagem da Salus Populi Romani, repousa também a tua vida feita entrega. Sobre a tua sepultura simples continuarão a florescer rosas brancas — as flores dos pobres, dos esquecidos, dos últimos que sempre carregaste no coração.

E eu sonho com o dia em que voltarei a Roma para me despedir de ti em silêncio, levando a minha rosa branca, carregada de gratidão e oração.

A tua vida continuará a ser bússola, caminho e bênção.

Obrigado, Francisco.

Para sempre.

E nesse lugar onde já não existe dor, imagino-te com o mesmo sorriso simples de sempre, repetindo baixinho:

“Rezem por mim.”

Sim, Francisco.

Rezo. Todos os dias.

Com gratidão e saudade.

A FESTA DE S. PEDRO

As tradicionais Festas de S. Pedro, um dos momentos mais queridos da nossa comunidade, realizaram-se entre os dias 19 e 29 de junho, dia de São Pedro, reunindo fé, celebração e convívio no coração da Paróquia de São Pedro de Sintra.

O ponto alto da festa foi a Santa Missa às 18h, na Igreja de S. Pedro de Penaferim, presidida pelo Padre Armindo Reis, coadjuvado pelo padre Jorge Doutor e pelo Diácono Vasco d'Avillez e vivida em espírito de gratidão e comunhão. Logo após a Eucaristia, teve lugar a procissão em honra de S. Pedro, que percorreu algumas ruas da freguesia, acompanhada por fiéis, pelos andores de São Pedro e São Lázaro, com cânticos tradicionais e pela banda da sociedade filarmónica "Os Aliados".

Este ano, a festa ganhou um brilho especial: Celebrámos o 30.º aniversário da ordenação sacerdotal dos Padres Armindo e Jorge, um marco de dedicação, serviço e entrega à nossa comunidade. Foi um momento de alegria partilhada e de reconhecimento pelo caminho que ambos têm percorrido ao serviço do Evangelho.

Após a procissão, todos os paroquianos foram convidados a participar num lanche partilhado comemorativo deste aniversário, um tempo de encontro fraterno que reforça os laços que nos unem.

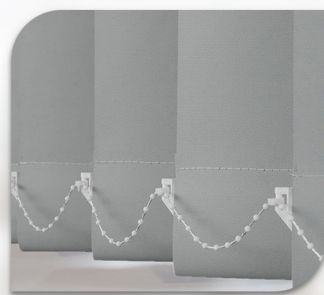
Como é tradição, o Largo D. Fernando II transformou-se num espaço de festa e animação. O arraial contou com:

- Petiscos, doces e sabores típicos das nossas festas
- Música, jogos e animação para todas as idades
- Um ambiente acolhedor que celebra a identidade e a tradição da nossa terra.

MPedro




ESTORES Bandarra



Profissionais na **fabricação** de **estores**,
especialistas em garantir o **melhor custo-benefício**.

 www.estoresbandarra.com

 219265110


BandAlumínios

COMÉRCIO DE PVC E ALUMÍNIOS



Exelência e qualidade no comércio
de **PVC e alumínio**.

 www.bandaluminios.com

 219265110

TRÊS PERCURSOS, UMA SÓ MISSÃO: UNIDADE PASTORAL DE SINTRA CELEBRA ANIVERSÁRIOS SACERDOTAIS

A Unidade Pastoral de Sintra vive este ano um momento de especial alegria com a celebração de três marcos significativos na vida dos seus sacerdotes: O 30.º aniversário de ordenação dos Padres Armindo Reis e Jorge Doutor, e o 14.º aniversário de ordenação do Padre Joaquim Inácio. Três percursos distintos, mas unidos pela mesma entrega à vida pastoral e ao serviço das comunidades que compõem esta vasta e dinâmica realidade eclesial.

Ordenados em 1996, os Padres Armindo Reis e Jorge Doutor celebram este ano 30 anos de sacerdócio, um marco que ultrapassa a dimensão pessoal e se estende à vida de todos aqueles que, ao longo destas três décadas, encontraram neles palavra, presença e cuidado.

Há 13 anos, ambos chegaram à Unidade Pastoral de Sintra, trazendo consigo experiência, serenidade e uma visão pastoral centrada na proximidade e na construção de comunidade. Des-

de então, tornaram-se rostos familiares e referências espirituais para milhares de fiéis.

A presença de ambos consolidou um caminho de unidade entre paróquias, fortalecendo laços e promovendo uma visão integrada da missão evangelizadora.

A estas celebrações junta-se o 14.º aniversário de ordenação do Padre Joaquim Inácio, cuja presença

na Unidade Pastoral tem sido marcada por dinamismo, criatividade pastoral e uma proximidade muito particular às comunidades que acompanha.

Ordenado em 2012, o Padre Joaquim representa uma geração mais jovem de sacerdotes. A sua presença complementa e enriquece o trabalho dos Padres Armindo e Jorge, formando um trio pastoral que equilibra experiência, renovação e espírito missionário.



Celebrar estes aniversários é também olhar para o futuro. A missão contínua, sustentada pela experiência dos Padres Armindo e Jorge, pela vitalidade do Padre Joaquim e pela participação ativa das comunidades que acompanham.

A Unidade Pastoral de Sintra segue, assim, o seu caminho, inspirada por três sacerdotes que, cada um à sua maneira, continuam a dizer "sim" todos os dias à sua vocação sacerdotal.

MPedro



 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
chamada para a rede fixa nacional

cintramédica.pt

HISTÓRIA DE VIDA: Teresa Vieira

Entrevista: P. Armindo Reis; Redação: Adérito Martins

Maria Teresa da Silva Costa Vieira nasceu em Lisboa, na Maternidade Magalhães Coutinho, em 17 de junho de 1943. O pai era da Ribeira de Sintra, da família Duarte Costa. A mãe era de Morelino. Teresa é a filha mais nova, e teve duas irmãs, Matilde com mais 17 anos e Maria Clara, com mais 12 anos. Os pais eram caseiros da Quinta de Santo António da Serra, propriedade da família Horgan, e a dona da Quinta, Sarah, entendeu que, considerando a idade da mãe (43 anos), deveria ter a criança na maternidade. A filha, Inês Horgan, ficou madrinha da Teresa e ajudou sempre muito a família.

Quando a Teresa tinha 6 anos, os pais deixaram essa quinta e vieram morar e trabalhar para outra Quinta de Santo António, esta ao lado da atual igreja de S. Miguel, na altura da família Reis.

A família da Teresa ia à Missa à capela da D. Mimi d' Argeant, muito próxima da Quinta de Santo António, ou à igreja de S. Martinho, onde Teresa tinha catequese.

Teresa estudou na escola da Sabuga, uma escola privada, de cariz social, só para meninas. A D. Emília Reis, dona da escola, dava educação religiosa às crianças e era ela

que suportava todos os custos com a educação das mesmas. Havia também uma professora, a D. Madalena, que ensinava as meninas a bordar, na casa de trabalho, quando terminavam o ensino primário.

Depois de terminar a escola, Teresa foi trabalhar para uma costureira onde aprendeu a costurar à máquina. Mais tarde foi aprender com uma senhora da alta-costura de Lisboa, que tinha atelier em Sintra. Aos 17 anos foi trabalhar para os TLP, tendo ficado à experiência durante 5 anos, como telefonista, no tempo em que as ligações telefónicas eram manuais. Trabalhava na loja de Sintra, que fechou há poucos anos, junto à Correnteza. Com a automatização das centrais telefónicas, acabou por ir trabalhar para o Cacém. Aos 52 anos entrou em pré-reforma.

Teresa casou em outubro de 1965 com João Vieira. Conheceram-se quando a Teresa tinha 16 anos, num baile do Casal Saloio. O marido morava perto dos Bombeiros de Sintra e era jogador de hóquei, chegou a ser campeão nacional. Ele foi, entretanto, para o ultramar, para Moçambique, onde esteve 31 meses.

Quando ele voltou, casaram na

Igreja de Santa Maria. O marido era mecânico de automóveis e trabalhava com o pai e depois com o irmão, na oficina, até se reformar e comprar uma pequena garagem na zona de Sintra para se entreter.

Tiveram dois filhos, a Luísa e o Jorge. Têm uma neta, da filha, e um neto, do filho, que Teresa cuidou durante os períodos de trabalho dos filhos, até irem para o infantário.

Após a reforma, com mais tempo livre, Teresa teve oportunidade de fazer o Cursilho de Cristandade e de frequentar as Oficinas de Oração e Vida. Juntou-se também ao grupo da costura (2M's) e ajudava a Ana Maria Baeta e outras senhoras nos arranjos florais da igreja de S. Miguel. Colaborou nas angariações de fundos para a construção da igreja de S. Miguel e nas bancas da Vila e da Igreja de S. Martinho. Também colabora sempre com a venda de Natal, fazendo labores em casa, para juntar ao que fazem na sala da costura de S. Miguel. Nas Eucaristias ajuda na recolha das ofertas e está sempre pronta para ajudar, nem que seja a costurar a roupa dos padres.

Depois de casarem, iam à Missa sempre que podiam, mas o marido



ia só para lhe fazer companhia. Ele tornou-se realmente crente quando participou no Cursilho de Cristandade. Participaram na "ultreia" do Algueirão, até fechar. Depois com a saúde do marido a debilitar-se, acabaram por não continuar a frequentar em Cascais.

Atualmente o marido encontra-se bastante doente e vai visitá-lo diariamente à instituição em que está internado. Não é fácil esta separação física ao fim de 60 anos de ca-

sados, mas já não tinha condições para cuidar dele em casa como ele precisava.

Teresa é daquelas paroquianas que, de algum modo, é rosto da comunidade da igreja de S. Miguel. Deus queira que as novas gerações, nomeadamente na fase da aposentação laboral, se dediquem também à comunidade cristã, dando algum do seu tempo para bem de todos!

EXPOSIÇÕES CANINAS SINTRA 2026



LARGO DE SÃO JOÃO DAS LAMPAS

25.07.2026

43.ª Exposição Nacional (CAC)

26.07.2026

41.ª Exposição Internacional (CAC/FCI-CACIB)



As Exposições Caninas regressam ao Largo 9 de Setembro, em São João das Lampas entre os dias 24 e 26 de julho de 2026, mantendo uma tradição que se realiza desde 1982. A iniciativa é promovida pela Câmara Municipal de Sintra, organizada pela Comissão de Festas da Vila Velha, com supervisão técnica do Clube Português de Canicultura e apoio da Junta de Freguesia de São João das Lampas e da União de Freguesias de Sintra.

O evento integra a 37.ª Exposição Canina Monográfica de Terriers, a 43.ª Exposição Canina Nacional e a 41.ª Exposição Canina Internacional, reunindo ainda várias exposições especializadas de clubes de raça, dedicadas a cães Retriever, Pastores Britânicos, Serra de Aires, Epagneul Pequês, Dogue Alemão, Spaniel e Bouledogue Francês.

Ao longo dos três dias, centenas de exemplares estarão em competição, sendo avaliados por juizes especializados para distinções como Melhor Bebê, Melhor Cachorro, Melhor Veterano, Melhor Exemplar das Raças Portuguesas e o mais aguardado prémio de Melhor Exemplar da Exposição (BIS).

As Exposições Caninas de São João das Lampas continuam assim a afirmar-se como um dos mais importantes encontros nacionais dedicados à canicultura, atraindo criadores, expositores e apaixonados pelo universo canino de todo o país e do estrangeiro.



Para os mais pequenos

Os comentários

Numa tarde de domingo, viajava no comboio uma jovem de uns vinte anos, vestia com simplicidade, com aspeto de quem está cansada e cheia de sono. Aproveita para dormir.

Ao lado, viajavam umas senhoras elegantes que regressavam de uma festa de aniversário.

Uma delas não gosta de estar ao lado da jovem e diz em voz baixa para as outras:

- Esta deve ser alguma dessas jovens que abandonou o marido e os filhos.

As outras continuavam no mesmo tom, sussurrando:

- Talvez seja uma drogada que anda por aí pelas ruas, sozinha.

E continuavam os comentários:

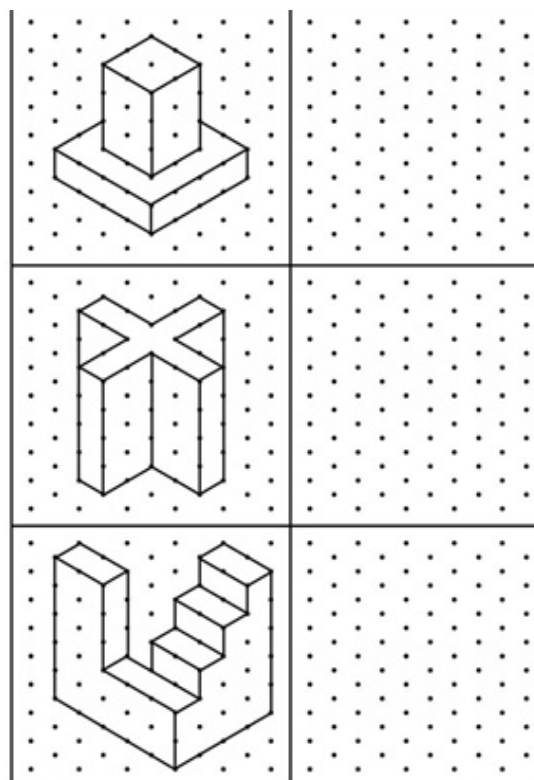
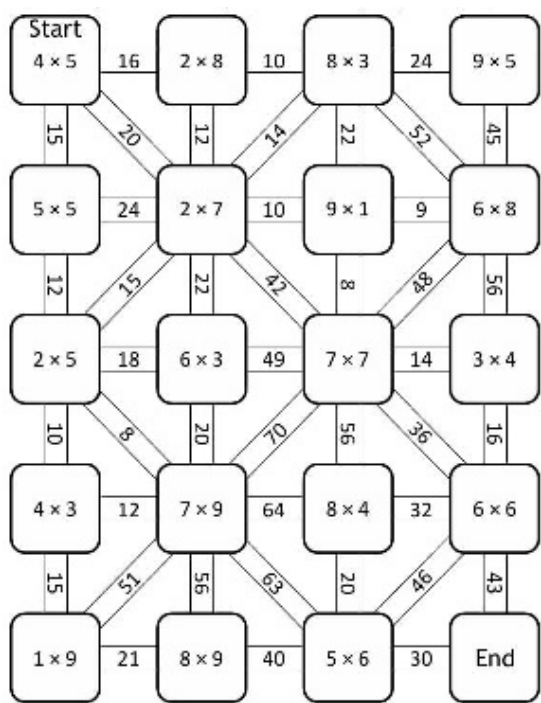
- Deve ser uma dessas jovens emigrantes em busca de trabalho.

Foi então que o comboio parou e a jovem acordou. Encontrou-se com caras de poucos amigos. Sorriu saudou essas mulheres e disse-lhes:

- Desculpem se vos incomodei. Estive todo o fim de semana com crianças deficientes, que me deixaram muito cansada. Mas gosto de ser voluntária, de ajudar por amor os necessitados.

As aparências escondem muitas vezes a realidade. Então por que será que, por vezes, julgamos com tanta facilidade os outros a partir do seu modo de vestir? Nem sempre os que vestem roupas de marca são pessoas de qualidade.

Pequenas histórias para saborear - Edições Salesianas



Cozinha para todos

Tarte Rústica de Curgete e Queijo

1 base de massa folhada ou quebrada (o que gostar mais), 2 curgetes pequenas, 3 ovos, 1 iogurte natural, 100g de queijo ralado (Emmental, da Ilha, Cheddar – o que gostar +), Sal, pimenta e orégãos.

Corte a curgete em rodela finas. De seguida, misture os ovos com o iogurte e o queijo ralado. Tempere a gosto. Coloque a massa numa tarteira, deite o preparado dos ovos/iogurte/queijo e por cima espalhe as rodela da curgete.

Leve ao forno pré-aquecido a 180° durante cerca de 30 minutos.

Excelente para piqueniques ou refeições leves.

PHF

Imagem para colorir



Descobre as 9 diferenças



Sudoku - Puzzle

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



Santos do mês

Pe Joaquim Inácio

SÃO CRISTÓVÃO - PROTETOR DOS VIAJANTES

A figura mais frequente de São Cristóvão é representada por um gigante barbudo, que carrega o Menino Jesus nos ombros, ajudando-o a atravessar um rio; o Menino segura o mundo nas pontas dos dedos, como se brincasse com uma bola. Esta ima-

gem remonta a uma das lendas hagiográficas mais famosas sobre a vida do Santo, martirizado em 25 de julho em Anatólia, na Lícia. Segundo esta tradição, seu verdadeiro nome era Reprobos, um gigante que queria prestar serviço ao rei mais poderoso do mundo.

Segundo uma lenda dourada, o martírio de Cristóvão aconteceu em Anatólia, na Lícia. O Santo resistiu às torturas com hastes de ferro e metal incandescentes. Até as flechas que lhe atiraram, ficaram suspensas no ar; uma delas, voltou e transpassou o olho do so-

berano, que lhe havia ordenado o suplício. Assim, o rei mandou decapitar Cristóvão. Mas, antes de morrer, disse-lhe: "Banhe os olhos com o meu sangue e ficará curado". O rei recuperou a visão e se converteu. São Cristóvão foi invocado contra as doenças

da vista e é o protetor dos viajantes.

São Cristóvão. Rogai por nós! ■



Escola Diocesana de Música Sacra abre inscrições para o curso de Música Sacra 2026-2027

Patriarcado de Lisboa

A Escola Diocesana de Música Sacra, em parceria com a Escola de Música de Nossa Senhora do Cabo, oferece formação para os ministros do canto na Liturgia, através do Curso de Música Sacra, nas variantes Curso Geral para Cantores e cursos específicos para Diretores de coro, Organistas e Salmistas", informa o diretor da EDMS, Padre Diamantino Faustino, numa carta enviada ao clero. As aulas decorrerem todas presencialmente, aos sábados de manhã, das 9h00 às

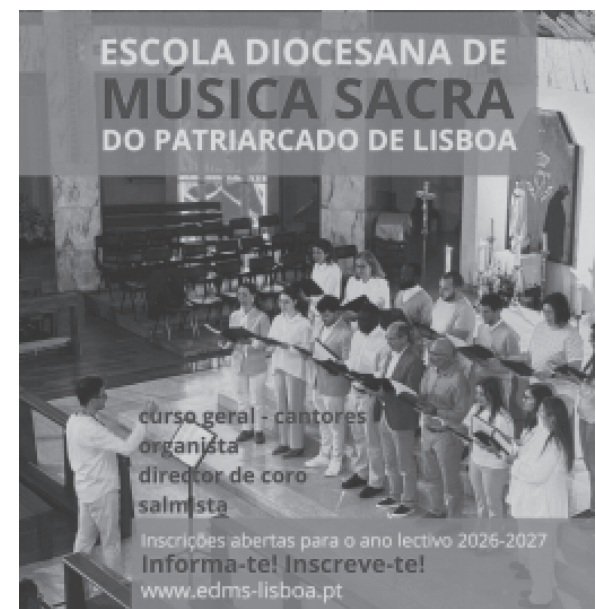
13h15, na sede da EDMS, em Linda-a-Velha, com exceção das aulas de órgão, que têm lugar em horário a combinar entre aluno e professor.

As inscrições para o próximo ano pastoral são feitas através do site da Escola Diocesana de Música Sacra: <https://www.edms-lisboa.pt>.

A Escola Diocesana de Música Sacra do Patriarcado de Lisboa tem como missão oferecer uma educação musical de alta qualidade, inspirando e capacitando os alunos para servirem a "beleza da música

e do canto", na Liturgia. (cf Constituição Sinodal de Lisboa. nº 47).

"Temos por objetivo formar alunos competentes tecnicamente e espiritualmente. Queremos divulgar a beleza da música sacra, ao serviço da Liturgia, tal como ela é desejada pelo Magistério da Igreja, mostrando o diálogo entre a Tradição e a atualidade. Procuramos estar presentes em todos os recantos da Diocese, através de parcerias institucionais, ou de atividades pontuais", refere a instituição. ■



Intenção do Papa

Julho 2026

PELO RESPEITO DA VIDA HUMANA

Rezemos pelo respeito e pela proteção da vida humana em todas as suas etapas, reconhecendo-a como um dom de Deus.





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, nº 24 - Estefânia
2710 - 519 SINTRA

Telefone: 21 923 00 58

Calendário Litúrgico - Julho 2026 - Ano A

	Dia 5.Jul	Dia 12.Jul	Dia 19.Jul	Dia 26.Jul
	Domingo XIV do T.C.	Domingo XV do T.C.	Domingo XVI do T.C.	Domingo XVII do T.C.
Leitura I	Zc 9, 9-10	Is 55, 10-11	Sab 12, 13.16-19	1 Reis 3, 5.7-12
	«Eis o teu Rei que vem ao teu encontro, humildemente...»	«A chuva faz a terra produzir»	«Após o pecado, dais lugar ao arrependimento»	«Pediste a sabedoria»
Salmo	144 (145), 1-2.8-9.10-11.13	64 (65), 10abcd.10e-11.12-13.14	85 (86), 5-6.9-10.15-16a	118 (119), 57.72.76-77.127-128.129-130
	Louvarei para sempre o vosso nome, Senhor, meu Deus e meu Rei.	A semente caiu em boa terra e deu muito fruto.	Senhor, sois um Deus clemente e compassivo.	Quanto amo, Senhor, a vossa lei!
Leitura II	Rom 8, 9.11-13	Rom 8, 18-23	Rom 8, 26-27	Rom 8, 28-30
	«Se pelo Espírito fizerdes morrer as obras da carne, vivereis»	«As criaturas esperam a revelação dos filhos de Deus»	«O Espírito intercede por nós com gemidos inefáveis»	«Predestinou-nos para sermos conformes à imagem do seu Filho»
Evangelho	Mt 11, 25-30	Mt 13, 1-23	Mt 13, 24-43	Mt 13, 44-52
	«Sou manso e humilde de coração»	«Saiu o semeador a semear»	«Deixai-os crescer ambos até à ceifa»	«Vendeu tudo quanto possuía para comprar aquele campo»

Serviço Pastoral e Litúrgico Julho de 2026 - Ano A

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
09H00	Igreja de S. Martinho (rito bizantino / Ucrainiano)
10H15	Igreja de Lourel
10H15	Igreja da Várzea
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 (Irm. Clarissas)
19H15	Igreja de S. Martinho

MISSA FERAL *						
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
09H00					S. Miguel	Monte Santos
12H00			11h Linhó			Ramalhão
13H00				Hosp. CUF (1ª e 3ª quinta feira)		
16H30					Estab. Prisional de Sintra (3ª sexta feira)	
17H00	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	Monte Santos	
18H00	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	Ramalhão	
18H15	Linhó	Linhó		Linhó	Linhó	
19H00	S. Miguel	S. Pedro	S. Miguel	S. Miguel		
20H00			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.

Julho de 2026

Dia 4 – Sábado - Sta. Isabel de Portugal

Dia 5 – DOMINGO XIV DO TEMPO COMUM

Peditório para os Vicentinos

10.15h Missa de Festa em Cabriz, seguida de Procissão (substitui Missa da Várzea)

Dia 7 – Terça-feira da semana XIV

14.30h Missa com peregrinos estrangeiros em S. Pedro

15.30h Missa Lar St. António, na Abrunheira

20.00h Jantar partilhado do Secretariado, na Várzea

21.30h Reunião Direção CNE

Dia 8 – Quarta-feira da semana XIV

15.00h Missa Lar do Oitão

18.30h Tomada de Posse da S.C. Misericórdia

21.30h Ultreia em Cascais

Dia 11 – Sábado – S. Bento

20.00h Jantar do Grupo de jovens

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

Dia 12 – DOMINGO XV DO TEMPO COMUM

Dia 14 – Terça-feira da semana XV

14.30h Missa peregrinos estrangeiros, em S. Pedro

15.00h Missa Lar Asas TAP

Dia 15 – Quarta-feira – S. Boaventura

10.30h Missa Peregrinos estrangeiros, em S. Martinho

Dia 16 – Quinta-feira – Nª Srª do Carmo

Aniversário Natalício do Card. D. Manuel Clemente

Dia 17 – Sexta-feira da semana XV

16.30h Missa no Estabelecimento Prisional de Sintra

20.45h Conselho Pastoral da UPS

Dia 18 – Sábado - S. Bartolomeu dos Mártires

Dia 19 – DOMINGO XVI DO TEMPO COMUM

Dia 22 – Quarta-feira – Sta. Maria Madalena

15.00h Missa no Lar Car. Cerejeira

Dia 23 – Quinta-feira – Sta. Brígida

Dia 24 – Sexta-feira da semana XVI

Dia 25 – Sábado – S. Tiago

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

Dia 26 – DOMINGO XVII DO TEMPO COMUM

Dia dos Avós

Dia 29 – Quarta-feira – Sts. Marta, Maria e Lázaro

11.00h Missa na Capela de S. LÁZARO

Dia 31 – Sexta-feira – St. Inácio de Loiola

NO PRÓXIMO MÊS:

1-10 Ago: Peregrinação dos Jovens a Taizé

15-23 Ago: Acampamento dos Escuteiros na Suíça

15 Ago: Procissão de S. Mamede de Janas

17 Ago: Missa da Festa de S. Mamede, em Janas

23 Ago: Missa de Festa no Linhó



Capela de S. Lázaro



Notícias dos Vicentinos

Nuno Siqueira

III Congresso Diocesano da Pastoral Sócio-Caritativa Caridade em Rede - Evangelização

A Pastoral Sócio-Caritativa e a Federação Solicitudine reuniram-se em Mafra no dia 15 de Maio de 2026 no 3º Congresso Diocesano da Pastoral Social com o objectivo de promover a reflexão, a partilha e o trabalho articulado em rede entre as organizações sócio-caritativas da diocese de Lisboa, no sentido de estabelecer uma corrente de solidariedade para promover a dignidade humana e testemunhar o Evangelho.

Este Congresso que decorreu todo o dia no Auditório Beatriz Costa em Mafra foi presidido pelo Patriarca de Lisboa D. Rui Valério e contou, entre outros, com a presença do Padre Armino Reis da UPS, de Carlos Macias Presidente do Conselho de Zona de Queluz da CSVP, de Adelaide Maria Ary do Gota a Gota e de Nuno Siqueira de Carvalho da CSVP de S. Pedro de Penaferrim.

O Congresso dividiu-se em momentos de debate e de celebração litúrgica contando com três mesas de debate e reflexão:

Mesa 1 (destinada a todo o auditório) – Identidade Cristã (das organizações sócio-caritativas); Os Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) e a missão da Igreja; A Caridade como missão.

Mesa 2 (parte do auditório) – Educação e missão.

Mesa 3 (parte do auditório) – Envelhecer com amor.

Na sua intervenção, e como conclusão mais geral deste Congresso, o Patriarca de Lisboa desafiou a Igreja a lançar

as “redes de caridade” capazes de reconstruir relações humanas e evangelizar pelo testemunho concreto do amor.

A partir da imagem bíblica da pesca milagrosa, do Evangelho de S. João, o Patriarca sublinhou que a missão da Igreja não nasce apenas de estratégias organizativas, mas da presença de Cristo Ressuscitado.

Sem Cristo, afirmou, as redes ficam “vazias” e a caridade corre o risco de se transformar em simples filantropia.

D. Rui Valério alertou ainda para a actual sociedade marcada por muitas conexões tecnológicas, mas por relações humanas cada vez mais frágeis, defendendo que evangelizar é também reconstruir laços onde o individualismo gerou isolamento.

O Patriarca deixou finalmente um apelo ao entusiasmo missionário e à santidade, lembrando que a grande rede que a Igreja é chamada a construir é feita de oração, caridade, comunhão e esperança.

Para estas instituições, o serviço não é apenas um modelo de gestão, mas uma resposta ao exemplo de Jesus Cristo, que veio “para servir e não para ser servido”. O seu encontro com os pobres, doentes e excluídos, e o gesto do lava-pés, revelam que a verdadeira autoridade se exprime na humildade e no cuidado pelos outros.

A identidade cristã destas instituições assenta neste exemplo. A sua missão é testemunhar, através da ação, a misericórdia, a justiça, a compaixão e a fraternidade. Servir, nesta perspetiva, é reconhecer a dignidade de cada pessoa e viver a caridade como atitude permanente.

A Tentação de Servir-se

Em qualquer organização existe a tentação de usar a posição, influência ou recursos para benefício próprio. Esta pode manifestar-se na procura de reconhecimento, no exercício do poder como privilégio, em decisões por conveniência pessoal ou na priorização de interesses individuais.

CONFERÊNCIA DE S. VICENTE
PAULO
S. PEDRO DE SINTRA



conf.vicentina.penaferim@gmail.com

Telf. - 910428587

Bens Alimentares Distribuídos no mês de Maio

	Banco Al.	Compras Conf	Doações	Total	DISTRIBUIDO
Açúcar	7	0	0	7	7
Arroz	190	0	0	190	67
Atum	81	50	148	279	242
Azeite	19	16	30	65	3
Espargute	57	0	0	57	66
Farinha	6	0	0	6	6
Frango	0	42	0	42	42
Legum. Secas	14	40	30	84	25
Legum. Lata	91	0	30	121	95
Leite	144	360	0	504	408
Massa	80	0	0	80	63
Óleo	22	0	24	46	42
Ovos - Dúzia	0	60	0	60	45
Peixe - Posta	0	200	0	200	180
Salchichas	27	15	75	117	83

Despesas do mês de Maio

Reforço do Banco Alimentar	834.27€
Despesas de Farmácia	107.57€
Habitação	0€
TOTAL	941.84€



“ACOLHER, ASSISTIR E PROTEGER, PARA TORNAR O INVISÍVEL VISÍVEL”

Conferência de Santa Maria de Sintra
Sociedade de São Vicente de Paulo

Servir e Não Servir-se: O Verdadeiro Sentido do Serviço nas Instituições Sociocaritativas

As instituições sociocaritativas, como as Conferências Vicentinas e as Misericórdias, nascem para responder às necessidades humanas e espirituais das pessoas mais vulneráveis, assentes numa missão de serviço inspirada pela caridade, solidariedade e dignidade humana.

Ao longo do tempo, qualquer organização pode afastar-se da sua missão. A cultura do serviço pode ser substituída por lógicas de interesse pessoal, poder ou conveniência. A diferença entre servir e servir-se é determinante: servir é colocar a pessoa e a missão no centro; servir-se é colocar o interesse próprio acima do bem comum.

O desafio central destas instituições não é apenas a qualidade das respostas sociais, mas a preservação de uma cultura de

serviço autêntico, onde todos compreendem que a sua função existe para beneficiar os outros. O serviço não é um favor, mas uma responsabilidade perante quem procura apoio, cuidado ou esperança.

Quando esta consciência se perde, os utentes tornam-se números, os colaboradores recursos e a missão uma mera atividade administrativa. A instituição mantém-se funcional, mas perde sentido.

Servir exige reflexão permanente:

O que é melhor para a pessoa?

O que promove a sua dignidade e autonomia?

Esta decisão serve a missão ou interesses individuais?

O Exemplo de Cristo Servidor.

Estas atitudes corroem a confiança, desmotivam equipas e fragilizam a credibilidade institucional. A instituição afasta-se da sua missão quando passa a ser usada por quem a serve.

Liderança Servidora

Nas instituições sociocaritativas, liderar é servir. A autoridade existe para assumir responsabilidades, não para gerar privilégios. Quanto maior a responsabilidade, maior deve ser a disponibilidade para escutar, apoiar e remover obstáculos.

Os líderes de serviço não perguntam o que recebem, mas o que podem dar e como podem contribuir para a missão. Esta forma de liderança reforça a legitimidade moral, fortalece a confiança e constrói uma verdadeira cultura de serviço, assente em valores vividos no quotidiano.

Cada pessoa possui dignidade intrínseca. A ação institucional deve promovê-la através de responsabilidade partilhada, decisões fundamentadas e alinhadas com a missão, e do princípio da subsidiariedade, que apoia a autonomia e limita a intervenção ao necessário.

Impacto do Serviço Autêntico

Quando a cultura do serviço é

vivida, os resultados tornam-se evidentes: os utentes sentem-se respeitados, os colaboradores encontram sentido no seu trabalho, os voluntários mantêm-se envolvidos, os doadores confiam e a comunidade reconhece a instituição.

O serviço autêntico gera confiança — o principal ativo de qualquer instituição sociocaritativa.

Para concluir a questão essencial não é apenas o que a instituição faz, mas como o faz.

Servir é colocar a missão acima do interesse pessoal e a dignidade humana acima de qualquer outro objetivo.

Estou aqui para servir ou para me servir?

E, para quem assume a inspiração cristã que está na origem das Misericórdias e das Conferências Vicentinas, uma segunda pergunta torna-se igualmente essencial: Estou a seguir o exemplo de Cristo Servidor?

Da resposta a estas perguntas depende, em grande medida, a fidelidade de uma instituição à sua missão, aos seus valores e às pessoas que nela depositam a sua confiança.

Memórias do Passado de Sintra



Mosteiro dos Jerónimos da Penha Longa, antes de ser propriedade do Hotel.

A Penha Longa foi a primeira sede dos monges da Ordem de São Jerónimo em Portugal, desde o início do séc. XV. Só no início do séc. XVI a sede da Ordem passa para o novo mosteiro em Belém. Em 1834 os monges foram expulsos da Penha Longa, tal como do mosteiro da Pena (hoje Palácio da Pena) e do mosteiro de Belém, nunca mais voltando a Portugal. Muitos sintrenses desconhecem a forte ligação de Sintra à história dos Jerónimos.

APONTAMENTOS SOBRE LITURGIA

Apontamentos recolhidos por Maria Teresa Vasco, das aulas do saudoso Cón. Luís Manuel Pereira da Silva, no Curso de Liturgia, em 2002, na Paróquia de Linda-a-Velha
Celebração do Domingo: o Dia do Senhor

- Continuação -
O DOMINGO NOS TEXTOS DA PATRÍSTICA

Sobre a definição do 1º dia da semana como Dia do Senhor (Domingo) temos também testemunhos do Norte de África, zona que tinha forte presença cristã, ao contrário do tempo atual.

Tertuliano, um dos grandes Padres da Igreja, refere no seu livro "Oração" que o Domingo é o dia da oração e da alegria. Salienta que ao Domingo rezam de pé, não se ajoelham porque, sendo o Dia do Ressuscitado, a postura do homem ressuscitado é de pé.

São Cipriano outro Padre da Igreja, afirma que é a Ressurreição do Senhor que santifica o Domingo; É ele que introduz a expressão do domingo como "8º dia", dia que está para além do tempo, aludindo à vida ressuscitada para a eternidade.

Os batistérios antigos (de Florença e outros) têm 7 lados porque são os sete dias da criação, mas depois surgem com 8 lados, aludindo ao dia da "nova criação" que é a Ressurreição (o Batistério da igreja de S. Martinho de Sintra, por exemplo, tem 8 lados).

Também o pseudo-Barnabé, de Alexandria, realça a alegria do Domingo, porque se celebra a nova criação. E Orígenes fala também do 8º dia, dia da nossa santificação. Em cada Domingo recebemos a Eucaristia que é o novo maná do Céu.

São Justino apresenta-nos o relato mais antigo da Eucaristia em Roma (ano 150). Na sua obra "Apologia", nº 67, diz-nos que o povo chamava ainda ao Domingo "Dia do Sol" (designação pagã). Os Padres da Igreja não convivem muito bem com esta designação e quando a utilizam é para a cristianizar.

Santo Hipólito na sua obra "Tradição Apostólica" (Séc.III) diz-nos que o Domingo é o dia da Eucaristia e deixa-nos até uma oração eucarística, na qual é baseada a Oração Eucarística II, que é, desde o Concílio Vaticano II, a mais utilizada pelos sacerdotes na Missa; Refere também que o Domingo é o dia da iniciação cristã e o dia da ordenação dos Bispos.

No ano 321 Constantino decreta o Domingo como dia de repouso, permitindo aos cristãos celebrar a Missa no próprio dia e não na noite de véspera, como acontecia até aí.

Na idade média foi-se perdendo um pouco a ideia do "Dia do Senhor". Os Domingos passaram a ser, muitas vezes, dias de comemoração de santos. O Concílio Vaticano II vai recuperar a tradição do tempo dos Padres da Igreja, repõe o Domingo como "Dia do Senhor", e decreta que nada se lhe sobrepõe, senão grandes solenidades.

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 das 16h às 18h
Sábado, das 17h às 18h30

Web: www.paroquias-sintra.pt
Email: paroquias.sintra@gmail.com

Ficha Técnica

No. 3555534/13

Direção:

P. Armindo Reis, Álvaro Camara de Sousa
Arminda Inácio, Mafalda Pedro,
Miguel Forjaz, Pedro Martins,
Rita Torres.

Colaboração:

Miguel Forjaz, P. Joaquim Canguia Inácio,
Paula Ferreira, Clara Bonito.

Edição gráfica e paginação:

José Pedro Salema, Pedro Martins, Rita Torres,
Adérito Martins, Luis Dionisio, Miguel Correia.

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

2026, Junho. É tempo de férias, descanso, praia, campo, família. A Catequese terminou, mas Jesus não tem férias e continua a acompanhar-nos sempre. Não nos esqueçamos d'Ele. Haverá, entre outros, o Dia Mundial dos Avós, o Dia da Amizade, o Dia da Justiça, o Dia do Refugiado, o Dia da Amizade, o Dia das Bibliotecas, o Dia do Xadrez e... o Dia do Chocolate!.

Um pensamento, uma ideia... «Ninguém nasce odiando outra pessoa pela cor da sua pele, ou pela sua origem, ou pela sua religião.»

Ler! Ler! Ler!

“A leitura nutre a mente; ajuda a cultivar um sentido crítico consciente e bem formado, protege contra o fundamentalismo e os atalhos ideológicos. Por isso, exorto todos a lerem livros, como antídoto para a mente fechada, que se reflecte em atitudes rígidas e visões redutoras da realidade”. (Papa Leão XIV, nos 100 anos da LEV, Livraria Editora do Vaticano)

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

- *1. **Convocados para a missão** / D. José da Cruz Policarpo, Cristo Vivo, 2005.
- *A Nova Evangelização, a atenção à cidade, aos seus apelos e sinais e a resposta cristã.*
- *2. **Como a Igreja Católica construiu a Civilização Ocidental** / Thomas E. Woods Jr., Quadrante, 2008.
- *'(...) o autor mostra como toda a Civilização Ocidental nasceu e se desenvolveu apoiada nos valores e ensinamentos da Igreja Católica.'*
- *3. **O Mundial** / José Maria Furtado, Promoclube, 1982.
- *Recordar o histórico de Portugal em Mundiais de futebol.*
- *4. **Último acto em Lisboa** / Robert Wilson, Gradiva, 2000, 2ªed.
- *Prémio para o melhor romance policial de 1999.*
- *5. **A Odisseia de Homero** / adapt. em prosa João de Barros, Marcador, 2012.
- *Para os mais jovens.*
- *6. **Charlie Brown** / trad. Isabel St.Aubyn, Bertrand, 1984.
- *Para os mais jovens.*



Nota final:

Uma sugestão: Aproveitemos estes dias mais quentes para disfrutar dos belos Parques de Sintra e também para uma visita ao Museu de Arte Sacra na Igreja de S. Martinho.

- **Saiba que livros e outras publicações** existem na nossa biblioteca. Poderá **requisitar** qualquer um. Sobre a estante dos livros do mês encontram-se as habituais Fichas requisição e também a **Ficha do LEITOR**.

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

E boas leituras!

(O texto segue a antiga grafia)

primavera/verão
primavera/verão
primavera/verão

**NOVA COLEÇÃO
VISITE-NOS**

O florescer da estação no seu guarda-roupa!

Galeria Comercial de Sintra Loja 11
(em frente ao Centro Olga de Cadaval)

À DESCOBERTA DO NOSSO PATRIMÓNIO



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



No mês anterior a imagem publicada era das ruínas da capela de São Romão, no Lourel. Atualmente está na área da freguesia de Algueirão-Mem Martins. Este património histórico de Sintra merecia estar mais cuidado e preservado. Algumas pedras do edifício encontram-se no Museu de Odrinhas, outras desapareceram. Talhado em pedra, com forma octogonal, representando o oitavo dia em que o Batismo nos introduz (para além do tempo).



**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