

«Alicerçados em Cristo,
formamos comunidades
de discípulos para o
anúncio do Evangelho»

suplemento IGREJA VIVA



SUPLEMENTO DO CORREIO DE COIMBRA | N.º 4903 | 3 DE NOVEMBRO DE 2022



PARÓQUIA DE SÃO JOSÉ, COIMBRA SESSÃO DE APRESENTAÇÃO DOS CURSOS ALPHA JOVENS

Finalmente em formato presencial, foi um encontro muito animado, sendo que estiveram presentes 25 jovens participantes! > Página 2

ACOLHIMENTO NA PARÓQUIA DE POMBAL “FAZ AS PESSOAS TOMAREM GOSTO E QUEREREM VOLTAR”

[Para nos tornarmos] “uma Igreja mais acolhedora, mais unida, onde todos temos a mesma fé no mesmo Senhor, animados pelo mesmo Espírito”. > Página 3



cantanhede



||||||| MENSAGEM SEMANAL

Pe. Jorge Germano

Enviados a anunciar...

Sempre que lemos ou escutamos a Palavra de Deus somos convidados a tomar consciência de que continuamos a ser enviados a anunciar e a dar testemunho do Reino de Deus. Como os setenta e dois discípulos que o Evangelho nos apresenta, nós, continuamos hoje, neste tempo e neste mundo, a anunciar e a dar testemunho do Reino de Deus, do projeto de Salvação de Jesus Cristo.

O anúncio e o testemunho do Reino de Deus, não se completa apenas com palavras... Este anúncio e testemunho do Reino de Deus, implica a nossa ação concreta; implica um compromisso pessoal e verdadeiro da nossa parte; implica uma aliança renovada e reafirmada em cada dia da nossa vida. É neste sentido que o Senhor nos diz, com toda a clareza, que somos enviados como cordeiros para o meio de lobos; é neste sentido que o Senhor nos lembra que não devemos levar nem bolsa nem alforje, nem andar de casa em casa. É neste sentido que nós, hoje, aqui e agora, nos devemos confrontar e perguntar: conscientes deste envio que o Senhor nos faz, será que estamos preparados para a exigência deste caminho?

Este caminho é antes de mais um confronto pessoal que nos exige um compromisso, também, pessoal. Ou seja, a aceitação deste envio missionário leva-nos a uma configuração com

Cristo e, esta configuração com Cristo acontece sempre a partir da Sua Cruz. Nós, hoje, somos chamados a trazer em nós os estigmas de Jesus Cristo... Apesar da seara ser grande, apesar dos trabalhadores serem poucos, não podemos deixar de olhar a Cruz de Cristo como autêntico sinal para a nossa glória, a nossa paz, a nossa misericórdia. Deus por nós e através de nós, continua a intervir junto da humanidade de hoje; continua a ser presença junto do coração de cada homem e de cada mulher. Como afirmava o Papa João Paulo I, “Deus é Pai que dá vida em abundância e Mãe que acaricia e consola os seus filhos”. Eis o nosso grande desafio... Enquanto discípulos, enviados por Cristo ao mundo de hoje, nós devemos ser causa de nova alegria, de nova vida, de consolação e misericórdia.

||||||| NOTÍCIAS

Festa do Acolhimento

No passado Domingo, dia 30, nas Celebrações Dominicais da nossa Unidade Pastoral de Mira, Praia e Seixo, foram acolhidas as crianças do 1º ano da catequese. Reconhecendo as muitas fragilidades, no início da Celebração, Pais e Catequistas assumiram o compromisso de caminharem em conjunto na educação cristã daquelas crianças.

Ministérios Laicais

A nossa Unidade Pastoral iniciou, no passado dia 30, o itinerário de formação para os Ministérios Laicais (Ministros da Celebração da Palavra; Ministros da Distribuição da Comunhão; Ministros das Exéquias). O encontro decorreu em duas partes: a primeira, mais de caráter formativo foi no Salão Paroquial do Seixo; a segunda, mais espiritual foi na Igreja Matriz com a Oração de Vésperas. O segundo encontro ficou marcado para dia 27 de novembro.

||||||| AGENDA SEMANAL

● **Sexta-feira, 04 de novembro**
15h00 : Eucaristia na Capela do Lar Idosos Mirense
19h00 : Eucaristia na capela da Corujeira

● **Sábado, 05 de novembro**

09h00 : Eucaristia de fiéis defuntos e romagem ao cemitério no Seixo
11h00 : Celebração de Batismo na Igreja da Praia de Mira (Pe. André Sequeira)
14h30 : Celebração de Batismo na Igreja da Praia de Mira
17h00 : Eucaristia vespertina na Capela do Colmeal
17h00 : Celebração da Palavra na Capela do Arneiro
17h30 : Eucaristia vespertina na Igreja de Mira
19h00 : Eucaristia vespertina na Igreja do Seixo
20h30 : Eucaristia vespertina na Igreja da Praia

● **Domingo, 06 de novembro**

09h00 : Eucaristia Dominical na Igreja do Seixo (D. Pelino)
09h00 : Eucaristia Dominical na Capela de Portomar
09h00 : Celebração da Palavra nas Capelas da Presa; Leitões; Casal de S. Tomé e Barra de Mira
10h30 : Eucaristia Dominical na Igreja de Mira (D. Pelino)
10h30 : Celebração da Palavra nas Capelas da Corujeira; Ermida; Ramalheiro; Lentisqueira
12h00 : Eucaristia Dominical na Igreja da Praia (D. Pelino)

● **Segunda-feira, 07 de novembro**

08h00 : Eucaristia ferial na Igreja do Seixo

● **Terça-feira, 08 de novembro**

08h00 : Eucaristia ferial na Igreja do Seixo
19h00 : Eucaristia ferial na Igreja da Praia
20h00 : Encontro da Equipa de Nossa Senhora – Mira I

● **Quarta-feira, 09 de novembro**

08h00 : Eucaristia ferial na Igreja do Seixo
19h00 : Eucaristia ferial na Igreja de Mira

● **Quinta-feira, 10 de novembro**

10h30 : Reunião de Arciprestado
18h00 : Eucaristia ferial na Igreja do Seixo
19h00 : Eucaristia ferial na Capela do Casal de S. Tomé

||||||| INFORMAÇÕES VÁRIAS

Cartório Paroquial

O atendimento paroquial das paróquias de Mira, Praia e Seixo realiza-se na Casa Paroquial de Mira. O atendimento presencial continua a ser feito por marcação, junto do pároco, por telemóvel 910202345 ou por e-mail unidadepastoralmirapraiaiseixo@gmail.com

Devoção aos Cinco Primeiros Sábados

De novembro a março, na Capela de Nossa Senhora da Conceição da Praia de Mira, decorrerá a Devoção aos Cinco Primeiros Sábados. Será durante a manhã, das 8h às 13h.

||||||| AS NOSSAS FAMÍLIAS

Batizados

Recebeu o Batismo na Igreja Matriz da Praia de Mira, **Luís Pedro Galo**, filho de Ilda Maria Galo Manata.

Receberam o Batismo na Igreja Matriz de Mira, **Alisson Graciano Sabino Alexandre; Alana Sabino Alexandre; Almir Emanuel Sabino Alexandre e Alberto Milton Sabino Alexandre**, filhos de Milton de Carvalho Alexandre e de Suzana Sabino.

Casamentos

Celebraram o seu Matrimónio na Capela da Barra de Mira, Paróquia da Praia de Mira, **Daniel dos Santos Capelôa e Walkmira Soraia Santos da Silva**.

Funerais

Com 78 anos de idade, na paróquia de Mira, partiu para a Casa do Pai, **Manuel Damas da Costa Góis**, casado, tendo sido sepultado no cemitério de Mira.

Com 91 anos de idade, no lugar de Marco Soalheiro, paróquia de Seixo, partiu para a Casa do Pai, **João Evangelista Ferreira Gomes**, casado, tendo sido sepultado no cemitério de Seixo.

Com 80 anos de idade, na paróquia de Seixo, partiu para a Casa do Pai, **Aldina Ramos Gonçalves**, casada, tendo sido sepultada no cemitério de Seixo.

Com 95 anos de idade, na paróquia da Praia de Mira, partiu para a Casa do Pai, **Irman de Miranda**, viúva, tendo sido sepultada no cemitério da Praia de Mira.

coimbra norte



||||||| NOTÍCIAS

Peregrinação da ACR, a Fátima



Continuando uma bela tradição, a nossa ACR. fez, neste Sábado, a sua Peregrinação a Fátima, apenas interrompida pela terrível pandemia. Como, também, já é habitual, fomos acompanhados por um grupo de irmãos, que não pertencem a este grupo de apostolado, mas que não dispensam a nossa companhia, o que, para nós é motivo de orgulho. Tudo decorreu muito bem, apesar da manhã muito chuvosa. Às 10h30, numa sala da casa de Nossa Senhora do Carmo, apresentámos o tema: “Transmitir e Viver a Fé, com Alegria. Conosco estiveram dois Dirigentes Diocesanos, Dr. Pedro Lavrador e Luís Castelhana. Porque este tema? Num tempo difícil, como o que vivemos, é preciso muita paciência e muito acompanhamento no trabalho a realizar, num mundo que anda fatigado, “como ovelhas sem pastor” e que têm de ser acolhido ou procurado, por nós, com muita ternura e com muita alegria. Alegria que deve permanecer, em

2 SUPLEMENTO IGREJA VIVA

nós, mesmo quando somos atingidos por dificuldades. Citamos o Papa Francisco que nos diz: “Com Cristo, renasce, sem cessar, a alegria”. Neste caminhar, devemos esforçar-nos por manter uma atitude positiva, sabendo que o Senhor quer a salvação de todos. Se calhar, não é só a Fé que está em crise, mas certas formas como a anunciamos. Tudo isto é um desafio para nós: “uma ocasião para a recomposição da nossa vida espiritual, em novas formas e novas maneiras de existir”. Em seguida, participamos na Eucaristia das 12:30h e às 16h, fizemos, nas colunatas, a Via Sacra, regressando, felizes a Ançã. Obrigado ACR. Obrigado Presidente, Dr.ª Dorinda

Reunião de Catequistas

No dia 26, no Centro Paroquial, reuniram os nossos Catequistas, para a programação deste ano Catequético. Por várias razões, este ano, tudo vai começar mais tarde. As dificuldades são as mesmas de sempre, agravadas com o covid-19: ausência de muitas crianças nos encontros e na Eucaristia e falta de apoio dos pais. Muito boa vontade dos Catequistas em inventar novas estratégias, para cativar crianças e pais. Com alegria, registamos a entrada de três jovens que, no passado Domingo, receberam o Santo Crisma. Dia 13, na Eucaristia celebrada, às 15h, serão recebidas as crianças do primeiro ano e os Catequistas farão o seu compromisso. No final, haverá uma festa-convívio, no Terreiro, aberta a toda a comunidade. Que o Espírito Santo esteja com a boa vontade dos nossos Catequistas

Lançamento do Livro: “A Estrela do Céu que queria ser Estrela do Mar”

Pelas 17h, no Jardim de Infância, perante numerosíssima assembleia, foi lançado o Livrinho, cujo título encabeça esta nota. São seus autores, Daniela Rosa, Catequista da nossa Paróquia e seu marido, Hugo Lourenço, pais da pequena Madalena que sofre de uma doença, raríssima, Síndrome de Ondine, cuja vida corre perigo e tem originado uma grande cadeia de oração. Nos intervalos dos imensos cuidados, tidos para com a Madalena, teve a feliz ideia de escrever esta pequena História.



A apresentação do Livro esteve a cargo da Professora D. Glória Malva, de quem a Daniela foi aluna, na primária e nos disse

que, já nessa altura, já Daniela escrevia lindas histórias. A ilustração esteve a cargo de Inês Laranjeiro, também, sua colega, na primária. A adequada animação musical esteve a cargo do Plano V, primos da Daniela.

Pe. Manuel de Jesus.

AS NOSSAS FAMÍLIAS**Falecimento**

No dia 27, faleceu o Sr. Raul Gonçalves Pereira, com 90 anos de idade, casado, natural de Lagares da Beira, de momento, a residir em casa da Sr.ª Dr.ª Manuela Miranda, sua filha. Como extremoso pai e marido, que era, foi tratado com grande carinho. Era pai de mais dois filhos e sogro do nosso querido amigo e colaborador, Dr. Tiago de Miranda. Na tarde deste dia, o seu corpo veio para a capela do Divino Espírito Santo onde, à noite, foram rezadas Vésperas e celebrada Missa de corpo presente. Na manhã seguinte, o seu corpo seguiu para Lagares da Beira, depois de feito o seu Levantamento. A nossa solidariedade para com a Manuela e seus irmãos. Depois de um momento de grande dor, gostaríamos de realçar a serenidade da Manuela, fruto da sua Fé, profunda, com a certeza de que não temos, aqui, morada permanente. **O descanso eterno para o querido amigo, Sr. Raul Gonçalves e a serenidade para toda a sua estimada família.**

**MENSAGEM SEMANAL**

P. Luís Pinho

Deus nunca nos abandona

A nossa fé tem muitas ocasiões em que é experimentada, provada. Deus, põe-nos à prova ou directamente ou através de outras pessoas. Quando somos provados pelo sofrimento, pela amargura, pela desilusão, pelo abandono, nunca podemos abandonar a Deus, porque Ele nunca nos abandona. Ele é sempre fiel. “Fiel é o Senhor que nos confirmará e nos protegerá do mal.” (2 Ts 3,3)

A primeira leitura de hoje falamos da coragem extraordinária de vários irmãos, que tinham fé e, por causa da fé em Deus tiveram de sofrer torturas. E que fez a mãe? Em vez de os afastar do sofrimento ainda os entusiasmou a um sacrifício maior pela fé e conseguiu que todos os sete filhos se mantivessem firmes na fé até ao fim. Também nós

teremos de permanecer firmes na fé até ao fim, mesmo quando a cruz carregar, mesmo quando as dificuldades forem muitas não abandonemos o Senhor, porque Ele nunca nos abandona.

AS NOSSAS FAMÍLIAS**Batismo****+ TORRE DE VILELA**

No dia 30 de Outubro foi batizado em Torre de Vilela o menino **Pedro Miguel das Neves Teixeira Costa**, filho de Ricardo José Teixeira Costa e de Marina Isabel Ferreira das Neves, de Lôgo de Deus e residentes em Pereira do Campo.



Foram madrinhas Ângela Marta Ferreira das Neves e Ana Luísa da Costa Teixeira. Presidiu ao acto o Pároco, padre Luís Pinho

Óbitos

No dia 24 de Outubro faleceu em Torre de Vilela com 71 anos, **Maria de Lurdes da Silva Gonçalves**, que era viúva de Manuel Leal Vieira e foi sepultada em Torre de Vilela.

AGENDA SEMANAL**+ BOTÃO**

Sábado 9h30 às 17h00 : Retiro dos Crismandos
18h00 : Missa Vespertina em Brasfemes

Domingo
• Não há Eucaristia de manhã. Será às **15h00** com a celebração do Crisma presidida pelo Sr. Bispo

+ BRASFEMES

Terça-feira 20h00 : Eucaristia

Sábado 18h00 : Missa Vespertina em Brasfemes

Domingo
Não há Eucaristia aqui

+ SOUSELAS

Quinta-feira 20h00 : Eucaristia aqui na Igreja

Sexta-feira 20h00 : Eucaristia em Sargento mor

Sábado 18h00 : Missa Vespertina em Brasfemes

Domingo 11h00 : Eucaristia aqui

+ TORRE DE VILELA

Sábado 18h00 : Missa Vespertina em Brasfemes

Domingo 9h30 : Celebração da Palavra aqui

INFORMAÇÕES VÁRIAS**Horário do Cartório Paroquial**

Quinta-feiras 17h00 às 19h00 excepto segundas quinzenas de Julho e Agosto

**NOTÍCIAS****Arrancou o Alpha em São João Baptista**

Tivemos na passada sexta-feira o primeiro jantar de uma série de dez que compõem este percurso de (re)descoberta da fé cristã.

Animados com a convicção de que a obra não é nossa, de que somos simples colaboradores e obreiros da vinha do Senhor, foi com muita alegria que toda a equipa se preparou para este dia acolhendo e servindo aqueles que se propuseram fazer este percurso: uns a pôr as mesas, outros a servir na copa, outros na adoração, outros na animação das mesas... e todos uma grande família, a família dos amigos de Jesus.

Na passada sexta-feira, o tema foi “Quem é Jesus?” – na próxima, será “Porque morreu Jesus?”.

Sessão de apresentação Alpha Jovens

Na última quarta-feira, dia 26 de outubro, realizou-se o jantar de apresentação do percurso Alpha Jovens. Finalmente em formato presencial, foi um encontro muito animado, sendo que estiveram presentes 25 jovens

participantes! Contámos ainda com a presença do Padre Francisco, que nos irá acompanhar durante todo o percurso!

Com muita animação, flexões, jogos e pizzas para jantar, os jovens tiveram oportunidade de se conhecerem e conviverem durante a primeira parte da sessão!

Depois, já com os “estômagos cheios”, foi explicada toda a dinâmica que constitui o percurso Alpha Jovens, tendo sido introduzido um primeiro tema do percurso. De seguida, houve oportunidade de partilha e discussão em pequenos grupos, onde o tempo pareceu ser escasso com tanto que houve para dizer!

Durante toda a noite, foram ouvidos vários risos, anedotas, conversas animadas e o ambiente foi de descontração, convívio e com algumas danças do TikTok pelo meio!

Oficialmente, o percurso irá iniciar no dia 2 de novembro, no Salão Paroquial de São José, às 20h30! Os jovens entre os 16 e os 25 anos ainda se podem inscrever através do link: <https://forms.gle/grw2FiT12rmzDiTN7!>



ANO	Sessão nº
2022	Sessão nº 1
2022	Sessão nº 2
2022	Sessão nº 3
2022	Sessão nº 4
2022	Sessão nº 5
2022	Sessão nº 6
2022	Sessão nº 7
2022	Sessão nº 8
2022	Sessão nº 9 - ONLINE
2022	Sessão nº 10
2022	Sessão nº 11

Valor do jantar: 3 euros

Para qualquer informação entra em contacto conosco através dos meios sociais ou 938327906 - Maria Silva

ONDE? Salão Paroquial de São José

QUANDO? Todas as Quarta-feira

HORAS? 20h30-23h

CONVIDA AMIGOS

Ficamos à vossa espera!

Maria Silva
(Responsável Percurso Alpha Jovens da UP São José e São João Baptista)

Reunião do Conselho Pastoral

O Conselho Pastoral esteve reunido na última terça-feira de outubro, dia 25, para dar cumprimento à primeira de três reuniões ordinárias.

Desta vez, para além de algumas informações dispersas que diziam respeito ao calendário pastoral que tem vindo a ser atualizado, da newsletter semanal que agora também está a ser enviada aos paroquianos de São José e da clarificação do programa relativo ao relançamento da adoração eucarística, foram ainda dados alguns ecos do Dia da Visão que havíamos celebrado no início do mês e foi feita uma análise pormenorizada do Plano Pastoral que foi feito para três

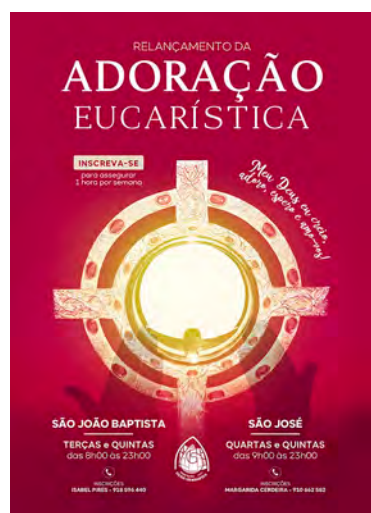
SUPLEMENTO IGREJA VIVA | 3

anos e iniciado há um ano, em setembro de 2021.

No entanto, o maior foco foi dado à revisão de um questionário que deverá em breve ser lançado para ouvir mais o “Povo de Deus”, no âmbito da caminhada sinodal convocada e iniciada pelo Papa Francisco. Em breve, deveremos começar a distribuir esse questionário em formato eletrónico com o intuito de atingir o maior número de pessoas.

Para terminar, antes da oração final e das palavras finais do pároco, foi feita uma breve avaliação do primeiro ano de funcionamento deste conselho.

Relançamento da Adoração Eucarística



Tal como temos vindo a noticiar, no próximo fim de semana, 5 e 6 de novembro, a nossa Unidade Pastoral irá acolher um Missionário da Santíssima Eucarística, missionários cuja missão consiste em ajudar a implementar a Adoração Eucarística perpétua nas paróquias.

Na segunda-feira, dia 7, haverá em São José, no salão paroquial, uma conferência que está aberta a todos mas que se dirige sobretudo aos adoradores, aqueles que já o são e aqueles que entretanto se tiverem disponibilizado para se comprometerem com uma hora semanal para assegurar a adoração perpétua na nossa Unidade Pastoral.

Sala de Estudo procura professores de português



A Sala de Estudo de São José procura com alguma urgência professores de português para dar apoio a alunos desfavorecidos do 7º e 10º anos.

Quem estiver disposto a abraçar esta causa deverá contactar uma das responsáveis: 967068689 – Rosa Canelas 917272707 – Cristina Simões

XXXII Mercado de Trocas para Crianças e Jovens

Para quem já estava a pensar nas limpezas de outono e com muita saudade deste nosso con-

vívio, chega então a XXXII edição de mais um Mercado de Trocas. Brincadeira boa sem brincando novo continua a ser o lema, assim que traz a tua manta e os brinquedos, livros e jogos com que já não brincas e vem passar uma manhã divertida conosco.



Inicialmente previsto para o passado dia 22 de outubro no espaço exterior de São José, em função da previsão meteorológica daquele fim de semana, a Casa da Esquina viu-se forçada a cancelar essa Edição do Mercado de Trocas e a adiá-la para o próximo dia 5 de novembro no Salão Paroquial de S. José.

A Igreja de S. José será novamente o destino deste mercado original e o horário mantém-se das 10h00 às 13h00. Esperamos por vós!



NOTÍCIAS

Agrupamento de Escuteiros celebra 29º aniversário



No passado dia 29 de outubro, o Agrupamento de Escuteiros 1244 Louriçal celebrou o seu vigésimo nono aniversário. A celebração foi marcada pela inauguração de uma exposição de pinturas elaboradas por escuteiros e antigos escuteiros deste Agrupamento intitulada de “Trilhos (de Ontem e de Hoje)”, na Capela do Recolhimento do Louriçal. Os festejos abertos à comunidade foram vividos com grande alegria e representam mais um marco na história do Agrupamento. O dia terminou com um jantar partilhado com os pais e a comemoração culminou no domingo, na igreja do Louriçal, com a celebração da Eucaristia em ação de graças pelos dons concedidos na caminhada deste Agrupamento. 29 anos de contributos à comunidade que levam

este grupo de escuteiros, atualmente, a marcar a diferença na vida de crianças e jovens além-fronteiras da Freguesia, com o objetivo de cumprir o que o fundador do escutismo Baden-Powell pediu: “Procurai deixar este mundo um pouco melhor do que o encontraste”.

Mylene Cadete
(Sabiá Lutador)

Famílias de acolhimento da Jornada Mundial da Juventude

Depois da reunião com jovens, no passado domingo, no salão paroquial do Louriçal, de Louriçal e Vinha da Rainha, motivados a participar na JMJ, que se revelou como sinal positivo de adesão, está marcada para a próxima sexta-feira, dia 4 de novembro, um novo encontro com famílias de acolhimento, para a pré-jornada. Além das famílias que já se inscreveram, pretende-se encontrar outras, também disponíveis, para enriquecer mais a comunidade paroquial. O convite é sobretudo dirigido às que têm catequisando mais adiantados, para melhor intercâmbio com eles e os peregrinos estrangeiros.

Mais contributos na sequência da festa do Sagrado Coração de Jesus

Durante a passada semana, houve mais algumas localidades que apresentaram os seus contributos, para a festa do Sagrado Coração de Jesus, no Louriçal, que se realizou no passado mês, como informámos. Desta feita, foram transmitidos os valores à comunidade paroquial, nas Eucaristias do passado fim de semana. Foram as aldeias de Torneira, Castelhanas, Casais do Porto, S. João das Tábuas e Ribeira de Santo Amaro. Um agradecimento sincero pela partilha.

Eucaristia no Outeiro do Louriçal

No próximo domingo, dia 6 de novembro, às 15h00, vai haver a celebração na capela de Outeiro do Louriçal, não apenas para alternar com a celebração da Palavra, mas nesta oportunidade para permitir de seguida a romagem ao cemitério local. Na tarde do dia 1, e no dia 2, foi possível fazer também essa celebração nos restantes cemitérios de Louriçal e Vinha da Rainha, que agora se conclui no Outeiro.



NOTÍCIAS

Encontro das Equipas de Acolhimento

Na passada quarta-feira dia 26 de Outubro, realizou-se, no Salão Paroquial, a reunião das Equipas de Acolhimento das celebrações dominicais da Paróquia de Pom-

bal. Foi salientada a importância do papel das equipas no acolhimento às pessoas que participam nas celebrações dominicais. Esboçar o nosso melhor sorriso faz toda a diferença, expressar simpatia através de palavras como “Bom dia!”, “Bem-vindo!” leva a que, quem chega, retribua de igual forma e se sinta acolhido, querido. Deste modo, cabe a nós, equipas, acolher, acompanhar até ao lugar, integrando a pessoa, quer na celebração onde vai participar, quer, aos poucos, na própria comunidade paroquial que assim se vai renovando com a ajuda de Deus.



Tornamo-nos uma Igreja mais acolhedora, mais unida, onde todos temos a mesma fé no mesmo Senhor, animados pelo mesmo Espírito. É bom ouvir “Ainda bem que veio!”, “Ainda bem que estamos juntos!”, “Fazemos parte da mesma família!”, faz as pessoas tomarem gosto e quererem voltar numa próxima vez. Os que são recebidos/acolhidos não são os únicos beneficiados, quem acolhe, também se sente bem, feliz, pois realiza, com eficácia, a missão que Jesus lhe confiou, estabelecendo elos de união com Deus.



E fica mais receptivo na celebração onde participa, celebra melhor, pois tem o coração mais aberto e disponível para acolher o amor de Deus bem como as Suas palavras. Durante o encontro, houve um tempo de partilha sobre as vivências de cada elemento das equipas no acolhimento ao longo deste ano e todos foram unânimes em dizer que está a ser uma experiência muito gratificante, enriquecedora, reconfortante cujo benefícios são bem maiores da nossa parte.



Salientou-se ainda que tem havido uma melhoria no relacionamento com as pessoas, desde que a Igreja voltou a abrir as portas para celebrar. Os irmãos estão mais receptivos, sorridentes, abertos a um diálogo com uma maior proximidade, maneiras de estar (posturas) que acabam por passar para a vida no dia-a-dia. Como equipas de acolhimento, todos fomos convidados a acolher

da melhor forma o grandioso evento que está prestes a acontecer no nosso País e que, também nós, enquanto Paróquia de Pombal, iremos viver: as Jornadas Mundiais da Juventude. Somos desafiados a, tal como Maria, levantarmo-nos e partirmos apressadamente para anunciar a todos esta grande maravilha, a participar nas mais diversas ações de voluntariado e a acolhermos os jovens oriundos das mais diversas partes do mundo, que irão chegar à nossa Paróquia, abrindo a porta de nossas casas para os acolher, para que se sintam amados e impelidos a viver o chamamento de Deus e a proclamar a Boa Nova. O encontro terminou com uma oração, na qual pedimos ao Senhor que nos ajude a ser alegres, humildes, solidários, perseverantes, generosos, que nos dê paciência para nos colocarmos à disposição, gratuitamente para nos dedicarmos sem esperar nada em troca, comunhão para nos unirmos à comunidade paroquial assumindo a nossa caminhada de fé e certeza de que realizamos esta missão, apenas e só, por amor a Deus em Jesus Cristo, nosso Senhor.

AGENDA SEMANAL

Quinta-feira, 3 Novembro

20h30 : Centro Paroquial – 8ª Oficina de Oração e Vida
21h00 : Igreja do Cardal – Vigília de Oração pelos Seminários

Sexta-feira, 4 novembro

17h00 : Igreja do Cardal – Confissões, Terço e Missa ao Sagrado Coração de Jesus (devoção das primeiras sextas-feiras)
19h30 : Valdeira – Missa por intenções
21h30 : Salão Paroquial – Ulteira do MCC

Sábado, 5 novembro

08h30 : Igreja do Cardal – Confissões, Terço e Missa ao Imaculado Coração de Maria (devoção dos primeiros sábados)
18h00 : Centro Paroquial – 1ª Oficina de Oração e Vida Adolescentes
18h30 : Salão Paroquial – Reunião do Grupo de Leitores
21h30 : Salão da Capela de Valdeira – Missa Jovem do 7º Ano

Domingo, 6 novembro

18h00 : Igreja do Cardal – Oração Comunitária de Intercessão

Segunda-feira, 7 novembro

20h30 : Centro Paroquial – Encontro da Catequese de Adultos
21h00 : Centro Paroquial – Encontro de participantes nas Oficinas de Oração

Terça-feira, 8 novembro

19h30 : Vicentes – Missa por intenções

Quarta-feira, 9 novembro

19h30 : Arroiteia – Missa por intenções
21h30 : Centro Paroquial – Reunião da Equipa do CPM

4 SUPLEMENTO IGREJA VIVA

🕒 **Quinta-feira, 10 novembro**

15h00 : Lar da Misericórdia

– Eucaristia

19h15 : Centro Paroquial

– Reunião da Equipa de Animação Pastoral

21h30 : Centro Paroquial

– Reunião da Equipa da JMJ

🕒 **Sexta-feira, 11 novembro**

09h15 : Igreja do Cardal

– Eucaristia em honra de São Martinho

🕒 **Sábado, 12 novembro**

16h00 : Magusto do

Agrupamento 674

18h00 : Centro Paroquial

– 1ª Oficina de Oração e Vida Adolescentes

19h00 : Salão Paroquial

– Reunião de Preparação dos Baptismos

21h00 : Centro

Paroquial - Reunião de

Catequistas do 4º Ano

🕒 **Domingo, 13 Novembro**

DIA DA FAMÍLIA PAROQUIAL

11h00 : Expocentro – Eucaristia

13h00 : Expocentro – VII Festival das Sopas de São Martinho

Movimentos e Serviços



NOTÍCIAS

INSCRIÇÕES ABERTAS | Conferência Internacional de Aprendizagem e Implementação da Inovação Social

Nos dias 8 e 9 de novembro, os Ambientes Saudáveis, Inteligentes e Amigáveis (SHAFE) e a Inovação Social estarão em destaque em Coimbra, na Conferência Internacional de Aprendizagem e Implementação da Inovação Social. O evento visa partilhar e discutir abordagens, projetos e boas práticas relacionados com a Inovação Social e como implementar e desenvolver ambientes mais saudáveis e inclusivos. Para além dos painéis de oradores, irão decorrer workshops e reuniões transnacionais que

permitirão apresentar e discutir diferentes projetos.

A Cáritas Diocesana de Coimbra marcará presença nos dois dias do evento. No primeiro dia estará representada na discussão do Hands-on SHAFE, projeto que está a desenvolver pacotes e ferramentas de formação, para incentivar as pessoas a implementar o conceito SHAFE nas suas comunidades. Participará ainda no painel “As pessoas no centro da intervenção”, com a partilha de experiências e boas práticas do projeto Pharaon. No segundo dia será oradora no painel “TIC e Saúde de mãos dadas”, apresentando o projeto ValueCare como exemplo prático. Neste último dia dinamizará ainda um workshop no âmbito do Hands-on SHAFE, com base nos módulos que desenvolveu da área “Vida Saudável”.

Esta conferência é coorganizada pela Escola de Enfermagem de Coimbra, SHINE 2Europe, AFEdey e a Ação COST NET4Age-Friendly. INSCRIÇÃO GRATUITA em: <https://www.esenfc.pt/event/event/home/index.php?event=804&defLang=1>

Centro N.º Sr.ª da Anunciação vence prémio “Bairro Feliz” (Pingo Doce)



O Centro N.º Sr.ª da Anunciação (Creche e Jardim de Infância) ganhou o prémio “Bairro Feliz” do Pingo Doce Combatentes/Calhabé. A concurso estava o projeto BIBLIOfun!

Graças ao prémio “Bairro Feliz”, vai ser possível concretizar o sonho de construir uma biblioteca para as crianças – a Bibliofun! Será um espaço atrativo e estimulante, com os recursos necessários para a promoção, incentivo e gosto pela leitura, permitindo conjugar a componente pedagógica com a componente lúdica. Ao nível do impac-

to social pretende-se capacitar os pais para adotarem mais hábitos de leitura com os seus filhos, através de atividades de leitura, orientada e recreativa, com crianças e pais. Este projeto é de uma importância crucial, já que permite diversificar a intervenção e de ajudar a despertar para uma vertente fundamental, a motivação para a leitura em todas as suas dimensões.

O Centro N.º Sr.ª da Anunciação é um equipamento da Cáritas Diocesana de Coimbra, que tem como principal missão fazer crianças e famílias FELIZES, promovendo o processo de descoberta contínua, numa dimensão lúdica, onde o brincar ocupa a sua primeira e incondicional prioridade.

A Cáritas Diocesana de Coimbra agradece a todos os quantos contribuíram para que o projeto do Centro N.º Sr.ª da Anunciação fosse vencedor. Entre 10 de setembro e 22 de outubro, os clientes do Pingo Doce receberam uma “Moeda Bairro Feliz” por cada 10€ em compras, que lhes permitiu votar na sua causa favorita, colocando essa mesma moeda no respetivo mealheiro de votação.

A causa mais votada pela comunidade no Pingo Doce Combatentes/Calhabé foi a BIBLIOfun. Fica o agradecimento a todas as crianças utentes deste Centro, suas famílias, colaboradores e comunidade em geral.

Cáritas de Coimbra promoveu estilos de vida saudáveis no Centro Comunitário de S. José



No passado dia 19 de outubro, a equipa do Departamento de Inovação da Cáritas Diocesana de Coimbra, representada por Andrea Campos, Maria Inês Santos e Vera Pinto, realizou o evento multiplicador no âmbito do projeto Hands-on SHAFE. Este teve lugar no Centro Comunitário de S. José (CCSJ), situado no Bairro da Rosa, em Coimbra, com o tema “A promoção de estilos de vida saudável: desafios e estratégias”. Foram convidadas alunas do curso de Nutrição e Dietética – Ana Fernandes, Ana Duarte, Catarina Busca e Vanessa Laborinha, da Escola Superior

de Tecnologia da Saúde de Coimbra (ESTeSC), que dinamizaram dois workshops sobre “Alimentação Saudável e Acessível” e “Dicas para adotar um estilo de vida saudável”.



Este evento teve como objetivo levar até à comunidade que frequenta o CCSJ o conceito de Ambientes Saudáveis, Inteligentes e Amigáveis (SHAFE) e os objetivos e resultados alcançados pelo projeto Hands-on SHAFE. O evento em Portugal teve como foco o módulo de formação “Estilos de Vida Saudável e Terapias”, desenvolvido pela Cáritas de Coimbra, com diversas dicas sobre alimentação, exercício físico e a importância do papel da comunidade e terapias na promoção do bem-estar.

O evento contou com 20 participantes, que avaliaram esta iniciativa de forma positiva. Através das suas intervenções ativas, partilharam a necessidade de maior difusão de informação sobre saúde e dicas de bem-estar para os adultos mais velhos e cuidadores informais. Foram vários os participantes a referir que é muito importante a dinamização de sessões de formação nestas áreas, pelo impacto que têm na vida pessoal, familiar e na comunidade.

No final do evento, foram entregues os certificados de participação e um kit Hands-on SHAFE, composto por um saco de pano e uma garrafa de vidro, pois a promoção dos estilos de vida saudáveis e sustentáveis deve começar em por cada um de nós, nas nossas casas e comunidade.

O projeto Hands-on SHAFE pretende oferecer programas de formação em contextos de aprendizagem informal e ferramentas práticas que melhorem as competências das pessoas, em especial com baixas qualificações e/ou vulnerabilidades ou cognitivas ou físicas. O seu maior objetivo será permitir a estas pessoas que implementem ambientes saudáveis e amigos de todas as idades nas suas próprias casas e bairros, promovendo a inclusão social destas pessoas e incentivando-as a serem inovadoras nas suas comunidades.

O projeto Hands-on SHAFE é financiado pelo programa Erasmus+, da Comissão Europeia. É coordenado pela AFEdey (Holanda) e conta com a parceria da Cáritas Diocesana de Coimbra (Portugal), ISIS GMBH (Alemanha), Airelle Corrèze (França), Universidade Tecnológica de Dublin (Irlanda) e Universidade de Tecnologia de Varsóvia (Polónia).

Inauguração do Quiosque do Bem-Estar

No próximo dia 28 de outubro (sexta-feira) vai decorrer a inauguração do Quiosque do Bem-Estar, no Centro Comunitário S. José (equipamento da Cáritas Diocesana de Coimbra), com início marcado para as 14:30h.

O Quiosque do Bem-Estar tem como objetivo principal promover a literacia em saúde na comunidade. Pretende-se, assim, criar um espaço aberto à população, onde qualquer pessoa pode encontrar informações sobre como melhorar o seu bem-estar, especialmente nas áreas: Audiologia, Dietética e Nutrição, Fisioterapia farmacêutica, Saúde Ambiental. Este Quiosque surge no âmbito do Plano de Ação do projeto EU_SHAFE, estando a ser implementado no Centro Comunitário S. José, numa parceria entre a Cáritas Diocesana de Coimbra e a Escola Superior de Tecnologia e Saúde de Coimbra (ESTeSC).

O projeto EU_SHAFE iniciou em agosto de 2019, financiado pelo programa Interreg Europe, com a ambição de melhorar as políticas e práticas em 7 regiões europeias, desenvolvendo uma abordagem abrangente aos Ambientes Saudáveis, Inteligentes e Amigáveis para todas as idades (SHAFE). O consórcio do projeto criou então um ecossistema entre autoridades públicas, redes europeias e associações de utilizadores, com o intuito de promover o crescimento dos serviços de base comunitária e do “envelhecimento em casa” em toda a Europa. O EU_SHAFE está na sua 2ª fase de execução, que consiste na implementação de um Plano de Ação, baseado numa boa prática partilhada na 1ª fase. Assim, inspirado na boa prática Health Kiosk – Billstedt/Horn, do parceiro de Hamburgo, surge o Plano de Ação que origina a criação deste projeto piloto – o Quiosque de Bem-Estar.

IMPORTANTE

INFORMAÇÃO

Regularização do pagamento de assinaturas

A administração apela aos assinantes e coletores do Correio de Coimbra para o pagamento das assinaturas, sem o qual não é possível manter a sua publicação.

Os assinantes poderão verificar a data do último pagamento na cinta do seu jornal, podendo esclarecer qualquer dúvida ligando para o telef. 239 792344 (terça a sexta-feira, 9h00-17h00).

O pagamento pode ser efetuado para a conta bancária PT50 0018 0003 4059 0291 0201 3, devendo os assinantes enviar o comprovativo da transferência para o email assinaturas.jornal@gmail.com,

identificando com o nome, morada e número de assinante.

A administração solicita a regularização de débitos anteriores a 31 de dezembro 2021, durante o presente mês de outubro. Se tal não se verificar, a

assinatura será automaticamente cancelada a partir do mês seguinte.

Lembra ainda que a atualização dos dados dos assinantes e coletores, nomeadamente da morada, é importante, uma vez que são devolvidos muitos jornais com indicação de endereço insuficiente.

A Administração