






AGENDA PAROQUIAL

DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
ATENÇÃO Missa no Cemitério DIA DE FINADOS 2 de Novembro 7h - Pe. Gilmar 9h - Pe. Emílio 11h - Pe. Marcelo F. 17h - Pe. Jean		01 Missa da Misericórdia 19h30min. Tríduo em oração aos falecidos  Evangelho do dia Lc 14,15-24	02 Finados missa às 8h. na Sta Cruz. Evangelho do dia Jo 6,37-40	03 Missa 19h30min. Teologia Evangelho do dia Lc 15,1-10	04 Missa 19h30min. Evangelho do dia Lc 16,1-8	05 Missa 16h15min., 19h. Sta. Cruz. Evangelho do dia Lc 16,9-15
06 Missa 08h, 11h e 19h Sta. Cruz Evangelho do dia Mt 5,1-12a	07 Missa 19h30min. Evangelho do dia Lc 17,1-6	08 Missa da Misericórdia 19h30min.  Evangelho do dia Lc 17,7-10	09 Missa 19h30min. Exposição do Santíssimo até às 22h30min. Evangelho do dia Jo 2,13-24	10 Missa 19h30min. Teologia Evangelho do dia Lc 17,20-25	11 Missa 19h30min. CURSO DE BATISMO Evangelho do dia Lc 17,26-37	12 Missa 16h15min., 19h. Sta. Cruz. Evangelho do dia Lc 18,1-8
13 Missa 08h, 11h e 19h. XIV Levanta te ÀS 19h. Evangelho do dia Lc 21,5-19	14 Missa 19h30min. XIV Levanta te (santíssimo exposto 6h até 19h) Evangelho do dia Lc 18,35-43	15 Missa da Misericórdia. XIV Levanta te (santíssimo exposto 6h até 19h)  Evangelho do dia Lc 19,1-10	16 Missa 19h30min. XIV Levanta te (santíssimo exposto 6h até 19h) Evangelho do dia Lc 19,11-28	17 Missa 19h30min. XIV Levanta te (santíssimo exposto 6h até 19h) Evangelho do dia Lc 19,41-44	18 Missa 19h30min. XIV Levanta te (santíssimo exposto 6h até 19h) Evangelho do dia Lc 19,45-47	19 Missa 16h15min., 19h. Sta. Cruz. Ministério da Visitação às 15h no Bairro Cambuí Evangelho do dia Lc 20,27-40
20 Missa 08h e 19h. Missa encerramento do Ano da misericórdia às 10h na Par. S. B. Jesus (não teremos missa às 11h) Evangelho do dia Lc 23,35-43	21 Missa 19h30min Evangelho do dia Mt 12,46-50	22 Missa da Misericórdia 19h30min.  Evangelho do dia Lc 21,5-11	23 Missa 19h30min. Exposição do Santíssimo até às 22h30min. Evangelho do dia Mt 21,12-19	24 Missa 19h30min. Teologia Evangelho do dia Lc 21,20-28	25 Missa 19h30min. Evangelho do dia Lc 21,29-33	26 Missa 16h15min., 19h. Sta. Cruz. Evangelho do dia Lc 21,34-36
27 Missa 08h, 11h e 19h Sta. Cruz Evangelho do dia Mt 24,37-44	28 Missa 19h30min Evangelho do dia Mt 8,8-11	29 Missa da Misericórdia 19h30min. Novembro Azul  Evangelho do dia Lc 10,21-24	30 Missa 19h30min. Exposição do Santíssimo até às 22h30min. Evangelho do dia Mt 4,18-22	Atendimento Paroquial (ligar antes por favor) Direção Espiritual e Confissão com Padre Marcelo: *Quarta após a missa das 19h30min. *Sábado 9h às 12h. Expediente da Secretaria Paroquial. Segunda 13h até 17h. Terça a sexta-feira das 7h às 11h. e das 13h às 17h. Sábado das 8h às 12h		

Cores Litúrgicas

- Tempo Comum
- Dom. Ramos, 6ª Feira santa, Pentecostes, Mártires, Apóstolos e Evangelistas
- Tempo do Natal, Páscoa, Festas, Memórias e Solenidades
- Tempo da Quaresma e Advento

ADOTE UMA FAMÍLIA CONTRIBUINDO COM A PASTORAL DA PARTILHA.
“QUEM DÁ AOS POBRES, EMPRESTA A DEUS”

Nossos novos contatos: MSN; Skype e e-mail.

stacruz.matao@uol.com.br

Fones: 99749 1993 - 3382 1777

Expediente: Diretor Geral: Pe. Marcelo Ap. Jolli - Redação e Diagramação: PASCOM
 Jornalista Responsável: Pe. Eduardo Malaspina - Mtb 42.322
 Impressão: Gráfica Conexão - Tiragem: 4000 exemplares.
 Distribuição Interna e Gratuita
 Boletim Paroquial da Igreja de Santa Cruz - Av. Sinharinha Frota, n. 1720 - Jd. Buscardi - F.: (16) 3382-1777



O Inovador

Juntos Construindo O Reino de Deus

Novembro/2016 - Ano 07, Nº 87

www.paroquiasantacruzmatao.com.br - E-mail e msn: stacruz.matao@uol.com.br



Não conseguimos saber até onde pode chegar a maldade do coração humano: quanto ódio somos capazes de guardar em nossos corações. Quanto rancor, quantas fugas do amor! As profundezas do coração humano guardam grandes contradições. Ao contrário, todos nós sabemos onde pode chegar o amor e a misericórdia do coração de nosso Deus. As profundezas do coração de nosso querido Pai do céu é um infinito reservatório de amor e a contradição não encontra ali lugar para morar e criar raízes.

Assim sendo, não caímos na indiferença, no ódio, na vingança, que humilham, na rotina que anestesia o ânimo e impede a novidade, uma vida cheia de emoção e crescimento. Não caímos no cinismo que destrói e machuca muito.

Quem de nós não precisa curar o coração? E quem de nós já não teve o coração ferido pelo ódio, pela vingança, pelo afastamento da casa do Pai das misericórdias? Sejamos honestos: quem de nós não gosta de sentir um abraço do perdão, da acolhida e de ser chamado de filho? Como é bom e restaurador ser chamado de “meu filho”!

Com muita frequência somos convidados a usar ou ter misericórdia para com aqueles que de alguma forma nos ofenderam. Usar de misericórdia traz uma conotação de perdão, de reconciliação. No seu significado original, misericórdia significa trazer no coração a miséria, a limitação humana como caminho de identificação e de transformação do outro.

Quero que o outro seja diferente, tenha mais vida e dignidade. Por isso, é que chamamos Jesus de misericordioso. Ele foi o único que assumiu a nossa miséria humana e a transformou em vida de plenitude e de graça, fazendo-nos herdeiros de uma eternidade feliz. Assim nos proporcionou o Ano da Misericórdia para sempre: “Misericordiosos como o Pai” (Lucas 6,36).

Nossa vida é uma luta constante, mas vejo como uma arte de sobrevivência, nossas conquistas e derrotas são para nos tornar cada vez mais forte. Só em Deus e com Deus, somos mais que vencedores. Nele fizemos a opção certa, mesmo frente aos tropeços somos vencedores, Deus é maior.

Ao terminarmos neste próximo dia 20 às 10h, em comunhão com o Papa Francisco e nosso Bispo Paulo, o Ano da Misericórdia, assumamos para sempre uma vida plena em Deus, façamos em nós uma Igreja mais humana, solidária, compassiva, viva e

É preciso amar sempre.

misericórdia, mas isto depende de cada um, não só do outro. Não podemos perder o essencial: a vida humana, sua relação com Deus, com o próximo e com a natureza. A necessidade de ser reconhecido na sua identidade (subjetividade) e de pertencer a uma comunidade, ter uma referência de grupo, na qual surgem as diferenças que, muitas vezes, se tornam desafios.

É na comunidade que aprendemos ser mais solidários e amar aos outros como irmãos. Compete a nós católicos desenvolvermos trabalhos cada vez mais envolventes e criativos para atingirmos maior número de pessoas. Somos responsáveis pelo anúncio da Palavra de Deus, onde quer que estejamos.

Então não deixe para amanhã o que você pode viver todos os dias: a santidade, a evangelização e o serviço. Busque amar Cristo, o nosso salvador, homem simples e verdadeiro. Seja fiel à sua Palavra, pois Cristo quer contar com você. E nossa Paróquia precisa da sua atitude: ser misericordioso como o Pai sempre.

Amados, teremos muita coisa boa neste mês de novembro, tudo para nos levar perto de Deus. Faça a escolha certa, organize-se e leve sua família para a casa do nosso Senhor, ela é nosso bem maior, mesmo frente as imperfeições fazer parte desta pequena Igreja Doméstica e cuidar dela é responsabilidade pessoal.

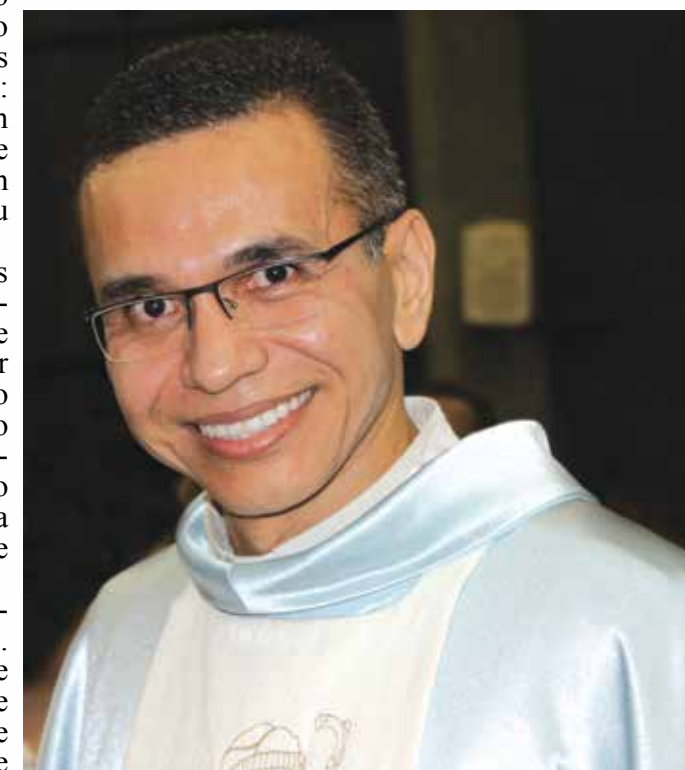
Desejo e muito, que sua família e vocês sejam lavados pela graça transformadora de nosso Deus, não é difícil, basta querer e confiar. Deus nunca nos decepciona. Veja nossa Família Paroquial, quantas coisas conquistamos ao longo desse ano e quantas ainda para fazer, só mesmo

com dedicação para chegarmos até o fim. Meu muito obrigado. Sejamos felizes e cumpridores da Palavra de Deus.

Que este mês seja transformador para todos nós. Obrigado por você existir e fazer a diferença no mundo, em nossa Igreja e nossa comunidade. Somos em Deus, mais que vencedores. Eu confio em você.

Louvado seja nosso Senhor Jesus Cristo. Para sempre seja louvado!

Com as bênçãos generosas de Deus, Padre Marcelo Jolli



Pág. 02 - XIV Levanta-te “Senhor, eis-me aqui”.

O tempo litúrgico do advento

Pág. 03 - De bem com a vida: Alimentos que Auxiliam na Fertilidade

Natação Infantil

Pág. 04 - Agenda Paroquial



XIV LEVANTA-TE "Senhor, eis-me aqui".

Neste Levanta-te que terá início no dia 13 a 18 de novembro, queremos dizer ao Senhor: "eis-me aqui".

Queremos tudo levar, tudo entregar e tudo submeter ao senhorio de Jesus.

Em cada Eucaristia, queremos estar inteiramente com nosso corpo, alma, vontade, com toda a nossa verdade, história e com todas as nossas preces para apresentar a Jesus, pois Ele nos conhece bem, e esta oferta diante do altar se transformará em bênção.

Convido você a se preparar para este Levanta-te. Não deixe nada para trás, muito menos a sua família, convide-os a participar, pois queremos que tudo possa estar sob o manto da misericórdia e sob o senhorio de Jesus.

Diga bem forte e convicto para Jesus: "eis-me aqui". E acredite que tudo se realizará.

Estaremos durante esses seis dias, das 6h às 19h, rezando diante de Jesus Eucarístico, adorando-O, amando-O e a noite celebrando a Santa Missa. Escolha o seu horário de adoração e seja fiel.

Iniciaremos às 19h a oração do terço da misericórdia e logo após Santa Missa.

A misericórdia de Jesus nos leva a uma vida nova de conversão, de perdão e amor.

Quando fazemos a experiência desse amor de Deus

por nós, nunca mais seremos os mesmos.

Veja a história de Zaqueu, de Saulo, de Madalena e tantos outros que se deixaram modelar e se converteram a esse amor.

"Dê-nos a graça Senhor, neste Levanta-te, de mudarmos a rota e de nos convertermos a esse amor que Tu tens por nós. Amém". Deus abençoe.



MISSAS ÀS 19h30*
*DIA 13 MISSA ÀS 15h

LOCAL: PARÓQUIA SANTA CRUZ
R. SINHABINHA FROTA, 1772
JO BUSCARDI - MATÃO/SP

REALIZAÇÃO
COMUNIDADE CATÓLICA ALPHA e ÔMEGA
16 3382-7668

Josilaine dos Santos Oliveira
Consagrada na Comunidade Alpha e Ômega

O TEMPO LITÚRGICO DO ADVENTO

A palavra "advento" tem origem latina e significa chegada, aproximação, vinda. No Ano Litúrgico, o Advento é um tempo de preparação para a segunda maior festa cristã: o Nascimento do Senhor. Neste tempo, celebramos duas verdades de nossa fé: celebramos a primeira vinda de Jesus - o nascimento de Jesus em Belém - e a segunda vinda de Jesus. Assim, a Igreja comemora a vinda do Filho de Deus entre os homens e vive a alegre expectativa da segunda vinda d'Ele, em poder e glória, em dia e hora desconhecidos.

COMO SE ESTRUTURA O TEMPO DO ADVENTO?

O tempo do Advento depende sempre da solenidade do Natal. Começa na tarde do primeiro domingo após a Solenidade de Cristo Rei e se desenvolve até o momento anterior à tarde do Natal. Possui quatro semanas e, por isso, quatro domingos celebrativos. O terceiro domingo do Advento é chamado de domingo da alegria, por causa da antífona de entrada da missa - "Alegrai-vos sempre no Senhor" - mostrando a alegria da proximidade da celebração do Natal. O tempo do Advento se divide em duas partes. A primeira parte é marcada pela espera alegre da segunda vinda de Jesus. A segunda parte, marcada pelos dias que antecedem o Natal, se destaca pela recordação sobre o nascimento de Jesus em Belém.

AS FIGURAS BÍBLICAS PRINCIPAIS DO ADVENTO

Neste rico tempo litúrgico, somos conduzidos por grandes figuras bíblicas, como Isaías, João Batista, Maria, José, Isabel, Zacarias. São modelos dos pobres que esperam e confiam nas promessas de Deus. Neste tempo entramos em ritmo mais intenso de espera e esperança, de alegre e cuidadosa vigilância, como uma noiva que se enfeita, ansiosa e feliz, para a chegada de seu amado. Em particular, dois personagens bíblicos ganham destaque na celebração do Advento: Maria e João

Batista. Maria porque foi escolhida por Deus para ser a mãe do Salvador, e João Batista porque foi a ser o precursor do Messias. Maria se torna modelo do coração que sabe acolher a Palavra e gerar Jesus. João Batista se torna modelo de uma vida que sabe esperar e confiar nas promessas de Deus e agir anunciando e preparando a chegada da Salvação, Jesus Cristo.

ATENTOS E VIGILANTES

A espiritualidade do Advento é marcada por algumas atitudes básicas: a preparação para receber o Cristo; a oração e a vivência da esperança cristã. A preparação para receber o Senhor se dá na vivência da conversão e da ascese (prática das virtudes pelo exercício da vontade, pela meditação e pela mortificação). Precisamos ter um olhar atento sobre nós e a realidade que nos cerca e nos empenhar para corresponder com a ação do Espírito de Deus que quer restaurar todas as coisas. Este tempo é marcado por uma vivência mais profunda da vida de oração. Os exercícios de piedade, como a oração e a meditação dos mistérios gozosos do Rosário, a oração "O Anjo do Senhor anunciou a Maria" e a Novena de Natal podem ser um caminho feliz para a vivência da oração comunitária neste tempo. O Advento nos prepara para receber e acolher a Palavra feita carne: "Jesus Cristo, nosso Deus e Senhor"

FONTE: Revista Canção Nova. Autor: Dom João Inácio Muller (Bispo da Diocese de Lorena-SP)
Professor Alcides Trofini Pastoral Litúrgica



DE BEM COM A VIDA



Alimentos que Auxiliam na Fertilidade

Atenção, futura mamãe. Você sabia que a alimentação pode afetar a fertilidade? A dieta para engravidar, proposta por estudo de pesquisadores da Harvard Medical School, aposta em alimentos benéficos para o aparelho reprodutor dos homens e mulheres.

Também chamado de "dieta da fertilidade", o cardápio é bastante variado e saudável. Ele visa não apenas aumento das chances de engravidar, mas também ao fortalecimento do sistema imunológico.

A proposta é uma **redução alimentar**, na qual doces e cafés são substituídos por frutas, legumes e carnes magras. Essa é uma forma de fortalecer o organismo e, assim, aumentar as chances de engravidar.

Evite

Segundo a American Pregnancy Association, a cafeína dificulta a absorção de ferro e cálcio e pode comprometer a capacidade de engravidar. Além disso, o aumento da presença de radicais livres também pode prejudicar a concepção.

Além do café, os refinados como **pães, massas e bolachas feitas** com farinha de trigo também deverão ser consumidos com moderação. A presença do fitoesterol nestes pratos pode interferir no estrógeno, hormônio feminino envolvido na ovulação. Doces e alimentos gordurosos também devem ser controlados.

Aposte

A alimentação deve ser rica em **vitaminas e minerais**. Entre eles está a vitamina A, B, B6, B12, C, D e E, ácido fólico, selênio e zinco. Entre os alimentos fontes desses nutrientes estão verduras, carnes magras, peixes, oleaginosas, ovos, cereais, leite e ovos.

Estas mudanças no cardápio tendem a melhorar a **qualidade das células** do óvulo e do espermatozoide e previne os radicais livres. Além de uma possível gravidez, a mulher desfrutará de um organismo mais saudável e funcional.

Exercícios físicos complementam dieta

Além de cuidar da alimentação, para quem está querendo receber a visita da cegonha, outro hábito positivo é investir em uma vida ativa. A **prática regular de atividades físicas** também reflete na saúde do organismo e, conseqüentemente, contribui para a gestação.

Dra. Paula C Torcato - Nutricionista CRN 3 35839



Natação Infantil

A importância de se aprender a nadar ainda criança é inquestionável. Considerando que o Brasil aparece como terceiro país com o maior número de mortes por afogamento, segundo a organização mundial da saúde. Afogamentos acidentais é a principal causa de morte de crianças abaixo dos cinco anos de idade.

Além de ser importante para a segurança, a natação infantil tem papel fundamental na saúde das crianças, deixando-os livres de obesidade, sedentarismo e estresse, que são alguns dos problemas mais frequentes em crianças que praticam pouca ou nenhuma atividade física.

A recomendação da sociedade Brasileira de Pediatria é de que as crianças comecem nadar a partir dos seis meses de idade, nessa fase a criança já tem o ouvido desenvolvido o suficiente para dificultar a entrada de água. Além disso, o bebê também já estará imunizado contra algumas doenças.

Benefícios da natação infantil:

- Melhora o desenvolvimento neuromotor;
- Fortalece a musculatura;

- Melhora a capacidade cardiorespiratória;
- Ativa e dá mais mobilidade às articulações;
- Desenvolve as noções espaciais, temporais e de ritmo;
- Estimula um sono mais tranquilo;
- Reforça o apetite;
- Desenvolve a sociabilidade e a autoconfiança.

Agora que você já conhece os benefícios da natação e quão importante ela é para a saúde, estimule seu filho a nadar e colha bons frutos.

Leandro Ribeiro Luna Prof. Educação Física



Rua Izidoro A. Bottesine, 1000 - (16) 3394-4895



"Seja uma consultora" Fone 3382-5383

