A Fonte

ANO XV - n.º 167
novembro de 2026

JORNAL MENSAL - FORMATIVO E INFORMATIVO DA PARÓQUIA DO DIVINO SALVADOR DE VILAR DE ANDORINHO

SOLENIDADE DE TODOS OS SANTOS

Dia 31 de outubro (sábado)
Missa vespertina na Igreja da Sagrada Família, 19h

Dia 1 de novembro (domingo)
Igreja Matriz, 8h
Capela de Nossa Senhora Mãe dos Cristãos, 9h30
Ofício de Defuntos: 15h na Igreja Matriz
Procissão ao Cemitério e Celebração da Eucaristia

COMEMORAÇÃO DE TODOS OS FIÉIS DEFUNTOS



Dia 2 de novembro (segunda-feira)
Igreja Matriz: 21h

DIREITOS PAROQUIAIS

Lembramos que esta é uma forma de colaborar com:

- ✓ **as despesas da Paróquia**
- ✓ **a sustentação do Pároco**
- ✓ **e a ajuda aos mais carenciados**

SEJA GENEROSO(A)! QUE DEUS ABENÇOE A SUA PARTILHA

A campanha terá início durante o mês de **novembro**

NOVEMBRO AZUL - CUIDAR DA SAÚDE TAMBÉM É COISA DE HOMEM!



A **novembro é o mês dedicado à sensibilização para a saúde masculina, com especial destaque para a prevenção e deteção precoce do cancro da próstata.**

O cancro da próstata é um dos tipos de cancro mais frequentes nos homens, sobretudo a partir dos 50 anos. Embora muitas vezes evolua lentamente, pode desenvolver-se de forma silenciosa, sem provocar sintomas nas fases iniciais. Por isso, cuidar da saúde não deve ser uma preocupação apenas quando surgem sinais de doença.

Quais os sinais a que deve estar atento? Dificuldade em urinar, necessidade de urinar frequentemente, sobretudo durante a noite, sangue na urina ou alterações persistentes dos hábitos urinários são sinais que justificam uma avaliação médica. Estes sintomas não significam necessariamente a presença de cancro, mas não devem ser ignorados.

E o rastreio? Quando deve ser feito? O **PSA (Antigénio Específico da Próstata)** é uma proteína produzida pela próstata, cuja concentração pode ser medida através de uma simples análise ao sangue. Valores elevados podem indicar alterações da próstata, mas não significam necessariamente a existência de cancro.

A partir dos 45 anos, esta avaliação pode ser antecipada nos homens com fatores de risco, nomeadamente antecedentes familiares de cancro da próstata, especialmente no pai ou irmãos.

A partir dos 50 anos, os homens devem conversar com o seu médico de família sobre a possibilidade de realizar o PSA, conhecendo os seus benefícios e limitações. Importa esclarecer que o PSA não é um exame obrigatório nem recomendado indiscriminadamente a todos os homens.

A decisão deve ser individualizada, em conjunto com o médico, tendo em conta os benefícios e os possíveis riscos. Mas cuidar da saúde masculina vai muito além da próstata! Controlar a tensão arterial, praticar atividade física, manter uma alimentação equilibrada, evitar o tabaco e procurar acompanhamento médico são gestos fundamentais.

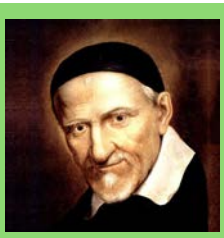
Neste novembro Azul, deixo um desafio a todos os homens de Vilar de Andorinho: não esperem pelos sintomas para começar a cuidar da vossa saúde. **Porque cuidar de si não é sinal de fraqueza. É um ato de responsabilidade, coragem e amor pela vida.**

Marta Silva, Enfermeira

Referências utilizadas: Direção-Geral da Saúde e Liga Portuguesa Contra o Cancro.

AGENDA PAROQUIAL

Reunião de Acólitos
14 de novembro às 11h
Igreja da Sagrada Família, Vila D'Este.



Reunião Conferência de São Vicente de Paulo
14 de novembro
10h, sede da conferência



10 de novembro
21h, Missa na
CAPELA DE SÃO LOURENÇO

CELEBRAÇÃO DO SÃO MARTINHO



FESTIVAL DAS SOPAS
Capela de Balteiro
14 de novembro, 16h
15 de novembro, 12h

21 de novembro
10h
Salão Paroquial
Apostolado da oração

Conselho para os Assuntos Económicos
Reunião dia **26 de novembro**
21h30
Salão Paroquial

Pastoral da Família
Reunião dia **27 de novembro**
21h
Salão Paroquial

20 de novembro



Reunião de Leitores
21h, **Igreja da Sagrada Família**



Reunião Secretariado da Catequese
4 de novembro
21h Salão Paroquial

Catequistas da Esperança

Reunião de Catequistas
6 de novembro
21h
Vila d'Este

Obrigado à **Comissão de Festas da Senhora do Rosário de 2026**, do lugar de **Vila d'Este**, que entregou à Paróquia, o saldo da festa, no valor de **€ 1.500,00**.



Oração

Senhor Jesus, Bom Pastor, dá-nos um espírito orante, cheio de esperança e audácia, ao pedirmos operários para a tua vinha. Leva-nos a compreender que uma *Comunidade que reza,* é um *Seminário que floresce*, cuidando com amor e ternura das sementes lançadas como boa nova da Vocação. Fixa o teu olhar luminoso nos candidatos ao sacerdócio e acompanha-os nas suas etapas de formação, para que respondam com generosidade ao teu chamamento. Concede-nos a graça de cultivar o dom da vocação presbiteral nas famílias, nas paróquias e nos diversos movimentos e grupos da diocese, através de uma oração contínua e da partilha do pão para a sustentabilidade dos nossos Seminários diocesanos. Confiamos-te, sob a proteção da Bem-Aventurada Virgem Maria, todos os que trabalham nos Seminários, para que sejam escolas vivas onde se aprende a discernir e a configurar a vida ao Bom Pastor que és Tu. Ámen!

Horários das Missas		
Dia	**Hora**	**Local**
Sábado	15h30	Igreja Paroquial (Missa da catequese)
Sábado	19h00	Igreja da Sagrada Família
Domingo	08h00	Igreja Paroquial
Domingo	09h30	Capela de Balteiro
Terça-feira	19h00	Igreja Paroquial
Quarta-feira	19h00	Capela de Balteiro
Quinta-feira	19h00	Igreja da Sagrada Família (com Exposição do Sant. Sacramento)
Sexta-feira	19h00	Igreja Paroquial (com Exposição do Santíssimo Sacramento)



FICHA TÉCNICA
Propriedade: Paróquia do Divino Salvador de Vilar de Andorinho - Rua Padre Maia, n.º 55 - 4430-479 VILAR DE ANDORINHO - Telefone: 227 820 421
E-mail: secretariaparoquial@paroquiavilarandorinho.pt - www.paroquiavilarandorinho.pt - Edição: Paróquia do Divino Salvador - Diretor: Vasco Soeiro - Secretária: Marlene Correia
Projeto gráfico, paginação, impressão, acabamento e distribuição: A fonte - Tiragem: 500 exemplares - Periodicidade: mensal - Distribuição: gratuita