

# ^ Informativo ÊXODO

★ ★ Um Informativo a Serviço das Comunidades ★ ★

★ ★ ★ ★ Paróquia São Silvestre ★ Arquidiocese de Mariana ★ ★ ★ ★



VIÇOSA/MG

Setembro DE 2021

ANO XXV

NÚMERO 309

## Palavra do Pároco



### Não esqueçam os pobres

Estamos no mês de setembro, mês da bíblia. Inicialmente denominado o Dia da Bíblia, 30 de setembro, e sucessivamente, Tríduo Bíblico, Semana Bíblica e, assim, pouco a pouco, setembro se tornou o Mês da Bíblia. O tema escolhido para estudo neste ano é a Carta aos Gálatas, com a inspiração bíblica: *“Pois todos vós sois um só, em Cristo Jesus”* (Gl 3, 28d). Segundo alguns biblistas são duas as colunas mestras imprescindíveis na Carta do apóstolo Paulo aos cristãos e cristãs da Galácia: *“não esqueçam os pobres”* (Gl 2, 10) e *“sejam livres”* (Gl 5, 13). No presente artigo, vamos refletir sobre a temática primeira, devido o contexto pandêmico e a realização do Grito do Excluídos.

A Carta aos Gálatas nos convida ao compromisso radical com o Evangelho de Jesus e com a causa de todos escravizados da história. Exige que abracemos, pelo nosso modo de vida, um estilo simples e austero e optemos em batalhar ao lado dos empobrecidos na luta pela conquista de seus direitos essenciais: *“terra, teto, trabalho com salário justo”*, como afirma o Papa Francisco.

*“Não esqueçam os pobres!”* Ao ler esta exortação do apóstolo Paulo aos Gálatas, recordo-me das últimas palavras do servo de Deus, Dom Luciano, ao seu irmão Luiz Fernando, no leito do hospital, antes de ser sedado: *“Meu irmão, eu não sei se vou sair disso. Se não sair, se Deus me chamar, eu lhe peço: não abandone meus pobres”*. O amor pelos pobres estava impresso no ser de dom Luciano. Quando alguém lhe dizia sobre a hipótese de está sendo enganado pelos que pediam algum auxílio, ele respondia com amorosidade: *“Eu não julgo. Prefiro ser enganado a deixar de ajudar o pobre que realmente precisa”*. Nunca deixou de mostrar o caminho da solidariedade ao próximo,

fazendo sempre menção de que a ajuda não deve ser alardeada, deve ser feita por ato de amor, sem o desejo de gratidão, deve ser gratuita e na maior quantidade possível.

Neste tempo de pandemia, devemos nos exercitar neste amor gratuito e universal. Na lógica do amor gratuito, somos chamados a amar a todos, mas dedicando-nos mais aos que estão em maior necessidade. É o exemplo da mãe em família: ama a todos os filhos e filhas, mas devota-se mais aos pequeninos e aos que têm alguma deficiência. Essa atenção prioritária aos mais pobres caracterizou *“as primeiras comunidades cristãs, empenhadas em que todos tivessem o necessário, colocando até os recursos em comum”* (cf. At 4, 32-37). As palavras de São João Paulo II iluminam esta atitude de ir aos mais necessitados, afirmando que *“a predileção pelos últimos é a garantia do amor a todos”*. Nesse amor aos últimos se manifesta a pureza da gratuidade. Em Lc 14,13, vemos Jesus formar os discípulos para a prática da gratuidade: *“quando deres uma ceia, convida o pobre, o coxo, o cego, porque eles não podem te convidar”*.

Além da Sagrada Escritura e do testemunho de dom Luciano, devemos observar os inúmeros ensinamentos do querido papa Francisco. Ele nos incentiva permanentemente a trabalharmos nas periferias e priorizarmos os carentes em nossa ação pastoral. A própria escolha do nome papal em homenagem a São Francisco de Assis, acolhendo o pedido do amigo dom Cláudio Hummes, que *“não se esqueça dos pobres”*, mostra a opção do seu coração em cuidar dos *“pequeninos do Reino”*.

Não deixemos que o vírus da indiferença nos impeça de escutar o clamor sempre atual da Carta aos Gálatas: *“Não esqueçam os pobres”*. E, à semelhança do servo de Deus, dom Luciano, possamos repetir diuturnamente aos mais carentes e fragilizados: *“Em que posso ajudar?”*

Pe. José Afonso de Lemos - Pároco

## Jubileu do Bom Jesus



### Comunidade de São José do Triunfo

8 à 12 de Setembro

(Faça seu agendamento para as celebrações na Igreja, no horário de 7 às 9, e de 15 às 18)

## Primeira Eucaristia



### Comunidade de Estação Velha

Dia 10 de Setembro

19 Horas

## Crisma

João Brás

11 de Setembro - 9h

Novo Silvestre

18 de Setembro - 9h

## Festa de Santa Efigênia



### Comunidade da Paula

Dia 26 de Setembro

17 horas

## Comemorações do Mês de Setembro de 2021

### Dia Comemoração

- 01 Início da Semana da Pátria.
- 07 Independência do Brasil (1822).
- 05 Dia Internacional da Caridade.
- 06 Oficialização da Letra do Hino Nacional.
- 08/12 Jubileu do Bom Jesus
- 14 Dia da Cruz.
- 18 Dia dos Símbolos Nacionais.
- 17 São Roberto Belarmino.
- 19 São Geraldo.
- 21 Dia Internacional da Paz. Dia da Árvore.
- 21 Dia da Luta Nacional das Pessoas com Deficiência.
- 21 Santa Efigênia
- 22 Dia da Juventude do Brasil. Início da Primavera.
- 24 Dia do Mototaxista.
- 25 Dia Nacional do Trânsito.

**Observação:** Enquanto durar a pandemia do Coronavírus, não teremos atendimento presencial. O atendimento na Secretaria se dará das seguintes formas:

**Tel.:** (31) 3892-6597 / 99581-6053

**Facebook:** Paroquia São Silvestre

**E-mail:**

paroquiasaosilvestre@yahoo.com.br

O ÉXODO é um informativo mensal fundado na Paróquia São Silvestre - Viçosa/MG, em dezembro de 1995, com tiragem de 3.000 exemplares e **distribuição gratuita.**

#### Redação e Composição

Pe. José Afonso Lemos, Pe. Claret, Vicente e Carmelita, Motinha e Gininha, Paulinho e Deise, Carlinhos, Jaqueline e Rafael, Ademir e Marcinha, Eliana e Nilson Duarte, Paula Gomide

#### Diagramação

Paulinho (Santa Clara)

#### Fotolito e Impressão

Folha Artes Gráficas Eireli

☎ 3891-2159

☒ Paróquia São Silvestre  
Pç. São Silvestre, 05 - Silvestre - CEP.

36570-000 - Viçosa/MG

☎ (31) 3892-6597

Email: paroquiasaosilvestre@yahoo.com.br

\*As matérias assinadas são de exclusiva responsabilidade de seus autores.

Expediente Éxodo

## A Covid-19 pode ser considerada acidente de trabalho?

É inegável que o novo coronavírus (Covid-19) tem gerado grandes impactos no Brasil e no mundo. Neste contexto, diversas dúvidas podem pairar sobre o trabalhador, a exemplo: Como fica a situação do trabalhador que adquiriu a doença no âmbito do seu trabalho? A Covid-19 pode ser considerada acidente de trabalho? E se houver falecimento do trabalhador?

Fato é que o tema é muito recente e bastante polêmico, cabendo a análise de caso a caso.

Em abril do ano passado, o STF permitiu o enquadramento da contaminação pela Covid-19 como doença ocupacional. Neste sentido, uma vez equiparável a acidente de trabalho, o trabalhador infectado pode, em tese, ter direito ao auxílio-doença acidentário, garantida a estabilidade de emprego de até 12 meses após o retorno ao posto de trabalho.

Em recente decisão, a Justiça do Trabalho mineira reconheceu como acidente de trabalho a morte por Covid-19 do motorista de uma transportadora. A empregadora foi condenada a pagar indenização por danos morais, no valor total de R\$ 200 mil, que será dividida igualmente entre a filha e a viúva, e, ainda, indenização por danos materiais em forma de pensão. A decisão é do juiz Luciano José de Oliveira, que analisou o caso na Vara do Trabalho de Três Corações, precisamente no bojo do processo 0010626-21.2020.5.03.0147.

No entanto, é preciso muito cuidado

na análise do tema, pois a decisão do STF não significa presumir que todo trabalhador infectado tenha sofrido um acidente de trabalho. Isto é, a Covid-19 pode ser considerada doença ocupacional dependendo do contexto em que tiver sido contraída, aliado a diversos outros fatores, tais como, a negligência da empresa quanto às medidas protetivas, aos decretos municipais e estaduais, utilização de Equipamentos de Proteção Individual – EPI etc.

Já com relação às empresas e demais empregadores, sugerimos bastante cuidado com a questão, mediante a implantação de uma política de prevenção ao contágio e proteção da saúde de seus colaboradores, podendo ser adotado até mesmo o regime de teletrabalho caso seja possível.

Destes modo, como o tema é recente e bastante complexo, ainda deverá sofrer diversas atualizações. Entretanto, você poderá ficar por dentro de tudo aqui na Revista Estética e Saúde. E, em caso de dúvida, procure um Advogado de sua confiança!

**Colaboração:** Dr. Davi Valentim de Souza Leite (Advogado pós-graduado em Direito do Trabalho e Previdenciário (Escritório Elizário & Valentim Advogados Associados))



## Ajude quem precisa nesta pandemia,



Doe agasalhos e material de higiene pessoal para as famílias carentes.

Aceitamos doações de alimentos também!

**Ponto de arrecadação: Matriz de São Silvestre - Tel: 3892-6597  
Praça de São Silvestre, s/n - Silvestre, Viçosa - MG, 36570-000**

## Loja da Gininha

- ✓ Material de construção em geral
- ✓ Brinquedos
- ✓ Bijuterias
- ✓ Material Escolar
- ✓ Perfumaria
- ✓ Cama, mesa e banho

Artigos de R\$ 1,99

Rua Buenos Aires, 253 - Novo Silvestre  
3891-0133

**DROGARIA SÃO SILVESTRE**  
A Farmácia do Julinho



MEDICAMENTOS E PERFUMARIA

ENTREGA EM DOMICÍLIO

3891-2399

R: Juquinha Moreira, 259 - Silvestre - Viçosa - MG

**megababy**  
MÓVEIS E DECORAÇÃO

☎ 31 3892-2890

☑ R. Benjamim Araújo, 97

f facebook.com/Megababy

## Atividades do Mês de Setembro

### SILVESTRE

02, 09, 16 e 23 e 30/09 - 5ª Feira  
19h30 - Celebração Eucarística.

03/09 - 6ª Feira - 7h - Celebração Eucarística.

04, 11, 18 e 25/09 - Sábado - 19h30 - Celebração Eucarística.

05, 19 e 26/09 - Domingo - 9h - Celebração Eucarística.

12/09 - Domingo - 7h30 - Celebração Eucarística.

12/09 - Domingo - 11h - Batizados.

### SÃO JOSÉ DO TRIUNFO

01, 15, 22 e 29/09 - 4ª Feira 19h30 - Celebração Eucarística.

03/09 - 6ª Feira - 19h - Celebração Eucarística.

05/09 - Domingo - 19h - Celebração Eucarística.

08/09 - Domingo - 19h30 - Abertura do Jubileu e Celebração Eucarística.

12/09 - Domingo - 9h - Encerramento do Jubileu Bom Jesus (transmissão pelas redes sociais).

19/09 - Domingo - 17h - Celebração Eucarística.

26/09 - Domingo - 7h30 - Celebração Eucarística.

26/09 - Domingo - 11h - Batizados.

### CACHOEIRINHA

05/09 - Domingo - 11h - Batizados.

05/09 - Domingo - 17h - Celebração Eucarística.

12/09 - Domingo - 17h - Celebração Eucarística.

26/09 - Domingo - 15h30 - Celebração Eucarística.

### VIOLEIRA

04 e 18/09 - Sábado - 18h - Celebração Eucarística.

11 e 25/09 - Sábado - 18h - Celebra-

ção da Palavra.

### JOÃO BRÁS

04 - Sábado - Celebração da Palavra.

11 e 25/09 - Sábado - 18h - Celebração Eucarística.

19/09 - Domingo - 11h Batizados.

19/09 - Domingo - 19h Celebração Eucarística.

### MACENA

05/09 - Domingo - 7h30 - Celebração Eucarística.

### BUIEÍE

05, 12 e 26/09 - Domingo - 9h - Celebração da Palavra.

19/09 - Domingo - 7h30 - Celebração Eucarística.

### CÓRREGO FUNDO

07/09 - 3ª Feira - 19h - Celebração Eucarística.

### ESTAÇÃO VELHA

10/09 - 6ª Feira - 19h - Celebração Eucarística e Primeira Eucaristia.

### NOVO SILVESTRE

12 e 26/09 - Domingo - 19h - Celebração Eucarística.

### SANTA TEREZA

14/09 - 3ª Feira - 19h - Celebração Eucarística.

### SILÊNCIO

17/09 - 6ª Feira - 19h - Celebração Eucarística.

### CASCALHO

19/09 - Domingo - 15h30 - Celebração Eucarística.

### ZIG-ZAG

24/09 - 6ª Feira - 19h30 - Celebração Eucarística.

### PAULA

26/09 - Domingo - 17h - Festa de Santa Efigênia.

## Família, projeto de Deus!



Família é prato difícil de preparar. São muitos ingredientes. Reunir todos é um problema... Não é para qualquer um. Os truques, os segredos, o imprevisível. As vezes, dá até vontade de desistir...

Família é prato que emociona. E a gente chora mesmo. De alegria, de raiva ou de tristeza. O pior é que ainda tem gente que acredita na receita da família perfeita. Bobagem! Tudo ilusão!

Família é afinidade, é à Moda da Casa. E cada casa gosta de preparar a família a seu jeito. Há famílias doces. Outras, meio amargas. Outras apimentadíssimas. Há também as que não têm gosto de nada, seria assim um tipo de Família Dieta, que você suporta só para manter a linha.

Seja como for, família é prato que deve ser servido sempre quente, quentíssimo. Uma família fria é insuportável, impossível de se engolir. Enfim, receita de família não se copia, se inventa. A gente vai aprendendo aos poucos, improvisando e transmitindo o que sabe no dia a dia. Muita coisa se perde na lembrança. Aproveite ao máximo.

Família é prato que, quando se acaba, nunca mais se repete!

Família: feliz quem tem e sabe curtir, aproveitar e valorizar... Família é projeto de Deus!

Então...

Amem-se, Perdoem -se, Aceitem-se, Tolerem-se e vivam como se hoje fosse o último dia que vocês vão estar com a sua família.

Colaboração: Paulinho (Fonte: trechos do livro "O Arroz de Palma" de Francisco Azevedo.)

## Comunicado aos paroquianos

Devido à limitação quanto ao número de fieis em cada igreja, comunicamos que aqueles que desejarem assistir a missa presencialmente, deverão agendar sua participação com o(a) Coordenador(a) de sua comunidade. Somente na comunidade de Silvestre, o agendamento será feito na Secretaria Paroquial.

Mesmo com a reabertura de todas as igrejas da Paróquia, continuaremos com as transmissões das celebrações através dos canais do Youtube e Facebook da Paróquia, nos dias e horários conforme banner na página 7.

O atendimento na Secretaria Paroquial se dará, preferencialmente, através dos telefones e do e-mail abaixo:

(31) 3892-6597 / 99581-6053 E-mail: paroquiasosilvestre@yahoo.com.br

**BETO CAR**  
MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA  
(31) 98444-9060 / (31) 97180-1231  
betocar.vicosa@gmail.com  
Rua Tiradentes, 120 - João Braz - Vicososa-MG

**RENATA SOARES**  
ARQUITETURA  
PROJETOS DE ARQUITETURA (OBRAS NOVAS E REFORMAS)  
PROJETOS DE INTERIORES  
CONTATO: (31) 98841-3444

**VOLKSWILLE**  
MECÂNICA ESPECIALIZADA EM VOLKSWAGEN  
Audi  
(31) 3892-6410  
(31) 9965-0209  
DIREÇÃO: Antônio Fernandes Souza (Argolinha)  
AV. MARIA DE PAULA SANTANA, 2470 - Vicososa - MG

## Liturgia do Mês de Setembro de 2021

### Dia 05 - XXIII Domingo do Tempo Comum

- Verde -

#### Leituras:

Isaías 35, 4-7a  
Salmo: 145  
Tiago 2, 1-5

**Evangelho:** Marcos 7, 31-37



**Sentido litúrgico:** A liturgia do 23º Domingo do Tempo Comum fala-nos de um Deus comprometido com a felicidade e a vida plena do Homem Novo. O Cristo abriu os olhos dos cegos e desatou a língua dos mudos...

#### Sugestões:

☞ Durante o mês de Setembro pode-se colocar em destaque a bíblia com flores na entrada principal da igreja. A intenção proposta pelo Papa para o mês de Setembro é: “*Em 2021, a Carta do apóstolo Paulo aos Gálatas foi o livro bíblico escolhido para iluminar nossa caminhada no mês da Bíblia*”;

☞ Colocar no espaço simbólico a cruz, a Palavra e a luz;

☞ A Oração dos fiéis poderá ser proclamada por um casal, alternando as intenções.

### Dia 12 - XXIV Domingo do Tempo Comum

- Verde -

#### Leituras:

Isaías 50, 5-9  
Salmo: 114  
Tiago 2, 14-18

**Evangelho:** Marcos 8, 27-35

**Sentido litúrgico:** A liturgia deste domingo nos revela que Jesus é o Messias libertador, enviado ao mundo pelo Pai para oferecer aos homens o caminho da salvação. Esse caminho da realização plena do homem passa pela obediência aos projetos de Deus e no cuidado com os irmãos.

#### Sugestões:

☞ Cuidar que todos os textos bíblicos, inclusive o Salmo, sejam bem preparados e proclamados como “acontecimento de salvação” para a comunidade reunida;

☞ Continuar dando especial destaque à mesa da Palavra. Valorizar os momentos de silêncio após as leituras e a comunhão.

### Dia 19 - XXV - Domingo do Tempo Comum

- Verde -

#### Leituras:

Sabedoria 2, 12. 17-20  
Salmo: 53  
Tiago 3, 16-4, 3

**Evangelho:** Marcos 9, 30-37

**Sentido litúrgico:** Os textos deste domingo afirmam que só a “sabedoria de Deus” possibilitará ao homem o acesso à vida plena, à felicidade sem fim. Os verdadeiros cristãos devem abandonar a “sabedoria do mundo” e escolher a “sabedoria de Deus aceitando fazer da vida um serviço aos irmãos, particularmente aos humildes, aos pequenos, aos pobres.

#### Sugestões:

☞ Criar um ambiente acolhedor e fraterno, os cânticos devem estar de acordo com o Tempo litúrgico e com o momento da celebração. Procissão de entrada como de costume;

☞ É oportuno para essa celebração que se faça o Rito de Aspersão da assembleia no lugar do Ato Penitencial.

### Dia 26 - XXVI Domingo do Tempo Comum

- Verde -

#### Leituras:

Números 11, 25-29  
Salmo: 18  
Tiago 5, 1-6

**Evangelho:** Marcos 9, 38-43.45.47-48



**Sentido litúrgico:** A liturgia de hoje nos convida a celebrar o Mistério da nossa salvação, acolhendo com alegria os sinais do Espírito Santo que se manifesta em todos aqueles que abrem o coração aos dons gratuitos de Deus, comprometendo-se com o seu projeto de salvação e sabem acolher e apoiar aqueles que atuam no anúncio do Evangelho.

#### Sugestões:

☞ Neste domingo, a Igreja no Brasil celebra o Dia Nacional da Bíblia. Nossa proposta de arranjo coloca a Bi-

blia no centro de um suporte com flores, significando que a Bíblia é a flor mais bela do arranjo;

☞ Antes do início da celebração pode-se realizar uma breve procissão para introduzir a Bíblia Sagrada e colocá-la no espaço preparado;

☞ No contexto do Dia Nacional da Bíblia, incentivar os celebrantes a ler, ouvir, acolher e estudar a Bíblia, tornando-a o verdadeiro livro de suas vidas.

## Música e Canto Litúrgico



A música e o canto litúrgico, por sua vez, não somente têm o sagrado como temática como eles exercem uma função específica dentro da celebração. Para tanto, não basta a uma música litúrgica cantar sobre o sagrado, ela deve se adequar à função que visa exercer dentro do rito, “**cantar a liturgia**”. Por isso, o canto e a música devem seguir alguns critérios que foram se solidificando na igreja, numa longa e secular caminhada, e não o gosto pessoal de cada um.

O canto litúrgico tem regras, tem que expressar aquele momento determinado da liturgia, ou ele é o próprio rito (partes fixas) ou acompanha o rito.

Há cantos que são ótimos para momentos de convivência, de fraternidade (músicas religiosas), mas não são para a missa, onde é Cristo que deve expressar seus sentimentos ao Pai. Em suma: não é qualquer canto que serve para a liturgia da missa.

Não se deve cantar músicas de cunho intimista, ou que a letra expressa sentimentos pessoais. A missa é coletiva, portanto use o nós. Exemplo: “ **piedade de nós, viemos, estamos aqui**”...

Cantos como o Glória, o Santo e o Cordeiro de Deus são exemplos que precisam necessariamente acompanhar uma fórmula verbal fixa, do contrário não são de uso litúrgico. Ao escolher as músicas para missa, lembrem-se do momento que está sendo celebrado, o tempo e o ano litúrgico, mantendo a harmonia com a liturgia da Palavra.

A liturgia é ação da Igreja, ação do povo de Deus, ação da comunidade e tem sempre em vista a participação de todos. Reduzir a liturgia a mero dizer ou ações individuais significa comprometer a essencialidade do Mistério celebrado: “*O sangue da Nova e eterna Aliança, derramado por vós e por todos*”.

Colaboração: Márcia Soares (Comunidade de Buieí)

**POSTO**  
**TIP TOP**

Av. Maria de Paula Santana, 2880  
Bairro João Brás - Viçosa/MG  
(31) 3892-5686  
(31) 3892-9544 (Pista)

 **Mundi Center**  
fashion • sports • shoes

CALÇADINHO • PH ROLFS • SHOPPING CALÇADÃO

## *Aconteceu nas comunidades*

**01****02****03****01- Primeira Eucaristia nas comunidades de Violeira no dia 10/07; 02- João Brás no dia 20/07; 03- São José do Triunfo no dia 14/08****04****05****06****04 e 05- Primeira Eucaristia na comunidade de Novo Silvestre nos dias 17/08 e 24/08; 06- Crisma na Comunidade de João Brás no dia 21/08****07****08****09****07- Crisma em São José do Triunfo dia 28/08****08 e 09- Hora Santa na comunidade de Novo Silvestre****10****11****10 e 11- Encontros da Semana da Família nas comunidades de São José do Triunfo e João Brás****12****13****14****12, 13 e 14- Encontros da Semana da Família na comunidade de Silvestre**

**MERCADO**  
**MS**  
**SÃO SILVESTRE**  
Avenida Cel. Aristides Bittencourt,  
nº 2 - Silvestre  
☎ 3892-6474

**MAQTOTAL**  
OFICINA ESPECIALIZADA CHEVROLET  
  
  
(31) 3891-8855  
(31) 97104-0926  
Toninho  
(31) 99965-1443  
R. Olinda Martins D Antonino, 186 - Liberdade - Viçosa-MG - 36576-264

**Lojas Mega**  
MÓVEIS E ELETRO  
Mundial Shopping Center  
Calçadão, 34 | J01 - Viçosa-MG | 3891-3488  
[www.lojasmegavicosacom.br](http://www.lojasmegavicosacom.br)

## Dicas de Saúde

### Síndrome dos olhos secos

Como dizia o poeta “os olhos são as janelas da alma”, eu diria mais: diria que são também as vitrines do coração. Por isso devemos cuidar dos nossos olhos com muita atenção.

Você já ouviu falar na síndrome dos olhos secos? Ela é uma disfunção lacrimal, uma doença crônica que pode se manifestar por deficiência

aquosa no filme lacrimal ou diminuição da produção de lágrimas; evaporação excessiva do filme lacrimal, quando há problema na produção de algum dos componentes da lágrima. Essa pode ser uma sensação comum: incômodo nos olhos, como se houvesse areia e faltassem lágrimas para limpar.

Quando os sintomas se manifestam com frequência, pode ser sinal da síndrome da disfunção lacrimal. Essa é uma condição comum, que atinge pessoas que produzem lágrima de uma forma insatisfatória: ou por não haver quantidade suficiente ou por não terem a qualidade adequada para a lubrificação.

A disfunção lacrimal é uma doença crônica. Algumas condições e características podem ser fatores de risco para desenvolvimento dos olhos secos, como por exemplo: pessoas com mais de 50 anos, grávidas, algumas doenças crônicas, deficiência de vitamina A e ômega 3. O longo tempo em frente de computador, celular e televisão nos faz



piscar menos os olhos, contribuindo ainda mais com o seu ressecamento. Ainda bem que 90% dos casos são contornados com relativa facilidade. O aconselhável é procurar um

médico oftalmologista para fazer exames, onde ele irá verificar, por exemplo, o histórico do paciente, seus sintomas e se ele faz parte de grupos de risco. Há exames que

medem a produção da lágrima e corantes que acusam pontos ressecados, até imagens captadas por câmeras especiais conseguem quantificar a taxa de evaporação desse líquido. Uma vez detectada, colírios lubrificantes ou anti-inflamatórios costumam ser recomendados.

Não podemos nos esquecer de ingerir bastante água e piscar os olhos com mais frequência.

Peçamos a Santa Luzia, protetora dos olhos, para que ela conserve a luz dos nossos olhos para que tenhamos força para mantê-los sempre abertos para a verdade e a justiça, e para que possamos contemplar as maravilhas de Deus.



Colaboração: Nilson Alves Duarte (Fonte: <https://www.mdsau.de.com/oftalmologia/sindrome-do-olho-seco>/<https://iorj.med.br/olho-seco>/<https://www.pfizer.com.br>)

### Dicas para evitar o ressecamento dos olhos

Para evitar o ressecamento dos olhos no dia a dia, é importante ter uma boa noite de sono, piscar com maior frequência (principalmente quando estiver em frente a computadores, televisão, tablets ou celulares) e evitar, se possível, o uso de ar-condicionado e ventiladores, principalmente na altura do rosto. Também existem doenças oculares e sistêmicas que causam ou pioram os sintomas de "olho seco", assim como o uso de certas medicações e de bebidas alcoólicas.

Beber aproximadamente dois litros de água por dia, fazer intervalos durante o uso prolongado de eletrônicos, utilizar colírios lubrificantes somente se indicado pelo profissional de oftalmologia, também ajudam a evitar o ressecamento dos olhos e, claro, consultar um oftalmologista em caso de eventuais sintomas.

## Memória de bispos acendedores de esperança: Dom Helder, Dom Luciano e Dom Zumbi



O cenário pandêmico e as inúmeras crises que assolam o Brasil faz com que o povo clame aos céus para continuar em sua caminhada na construção do Reino de Deus. Fé e esperança são virtudes que não podem faltar nesse caminho para também alimentar a caridade. E, no dia 27 de agosto, a Igreja no Brasil recordou a Páscoa de três bispos que marcaram a história recente como verdadeiros artífices do esperar, por meio de seu testemunho profético.

Dom Helder Pessoa Câmara (1909-1999), Dom Luciano Mendes de Almeida (1930-2006) e Dom José Maria Pires (1919-2017), além de marcarem a história das Igrejas particulares das quais estiveram à frente, também tiveram atuação memorável frente aos desafios sociais brasileiros, como a pobreza e a desigualdade, o racismo, os conflitos de terra, a exclusão e as violações de direitos.

### Dom Helder Câmara

O cearense conhecido como “Dom da Paz”, nascido em 7 de fevereiro de 1909, quis acender a vela da vida “cem vezes, mil vezes, um milhão de vezes de esperança que ventos perversos e fortes teimam em apagar”. Ele encarnou a “grande e bela profissão” de “acendedor de esperança”. Esperança essa que para Dom Helder “é crer na aventura do amor, jogar nos homens, pular no escuro, confiando em Deus”.

### Dom Luciano Mendes

O carioca Dom Luciano Pedro Mendes de Almeida, nascido em 5 de outubro de 1930, é lembrado pelo seu amor dedicado a cada pessoa, a escolha pelos mais pobres e pelas crianças, a inteligência.

Certa vez, em entrevista à Rede Vida, destacou que “é preciso descobrir; em cada pessoa aquele aspecto de santidade que reflete o vulto, o rosto, a presença do Cristo”.

### Dom José Maria Pires

O Dom Pelé ou Dom Zumbi também teve atuação marcante na Igreja ao defender camponeses para Paraíba e lutar contra o racismo estrutural, mesmo dentro das estruturas da Igreja. A articulação dos Bispos Negros teve sua participação. Em 2017, quando faleceu, era o bispo mais idoso do Brasil, com 98 anos.

Leia a matéria completa no site da Arquidiocese de Mariana.

Fonte: [www.arqmariana.com.br](http://www.arqmariana.com.br)

**Drogaria**  
**Nova Opção**  
Entregas a Domicílio  
**3891-5199**  
Silvestre - Viçosa

**Esquadrias**  
e Vidrarias  
**Triunfo**  
Matriz: Rod. Oraida Mendes de Castro  
☎ 3891-2614  
Filial: Rua Dr. Milton Bandeira, 225 - Lj. 01  
☎ 38919655



## Setembro, mês da Bíblia!

"Tua Palavra é assim, não passa por mim sem deixar um sinal..."

O nosso Deus é muito comunicativo, sempre consegue um jeito de falar ao nosso coração, assim, ele não só comunica coisas, mas Ele mesmo para que possamos, não apenas conhecer, mas ser mais. Neste mês de setembro, a Igreja no Brasil nos convida a voltarmos os nossos olhos para a Bíblia, as Sagradas Escrituras, pelas quais sentimos Deus em constante diálogo conosco.

Na Bíblia nós encontramos a história de um povo que sofreu, lutou, caminhou, errou, mas tinham uma única certeza: Deus está com eles para sempre. Dessa maneira, a cada linha da Bíblia, conseguimos enxergar a face de um Deus amoroso, cuidadoso e misericordioso. Podemos dizer que encontramos na Bíblia a Palavra de Deus em linguagem humana.

A palavra bíblia significa conjunto de livros, portanto, a Bíblia não é um único livro, mas um conjunto de 76 relatos, escritos por muitas pessoas, com destinatários diferentes, mas que atestam esta grande certeza da proximidade de um Deus, e que não obstante os desafios da vida, vivem uma alegria sem fim. Para nós, é mais do que necessário nos aproximarmos das sagradas escrituras e acolhermos a palavra de Deus em nossa vida.

Que neste mês possamos a cada dia ler um trecho da Palavra de Deus e nos alimentarmos dela, pois a Palavra nos proporciona verdadeiramente uma força que nos impulsiona sempre a caminhar. A palavra que nos é dirigida e que fala ao nosso coração deve brotar e produzir frutos abundantes para que Deus continue sempre mais presente entre nós.

Colaboração: Diácono  
Bruno Gomes (Silvestre)



### Santo(a) do Mês

## São Roberto Belarmino

Celebramos o grande santo jesuíta Belarmino, que nasceu em Montepulciano, no centro da Itália, em 1542. Querido pelos pais e de muitas qualidades, era irmão de cinco religiosos, dentre os doze, que enriqueciam a família dos dedicados pais.

Quando os padres da Companhia de Jesus abriram um colégio em Montepulciano, Roberto foi um dos primeiros alunos na matrícula e no desempenho. O contato com os padres fez com que o jovem mudasse sua primeira ideia de ser médico para inclinar-se em favor da vida religiosa jesuíta.

Depois de conseguir a permissão do pai, que ao contrário da mãe apresentava uma certa resistência frente a opção do amável filho, Belarmino, com 18 anos, iniciou e concluiu de maneira brilhante sua formação religiosa e seus estudos de filosofia e teologia, tanto que, antes de ser ordenado sacerdote, foi enviado como professor e pregador em Lovaina, na Bélgica, onde ficou dez anos.

Teve importante papel na aplicação do Concílio de Trento, já que ajudou na formação apologética dos teólogos e pregadores responsáveis na defesa da

fé. Nesse sentido, Roberto muito contribuiu ao escrever sua obra de nome "Controvérsia" e o livro chamado "Catecismo". Em sua obra "Controvérsias", Belarmino explana os seus três grandes amores: trata da Palavra de Deus; de Cristo, cabeça da Igreja; e do Sumo Pontífice.

Era também diretor espiritual do Colégio Romano, tendo sob sua responsabilidade a formação ascética dos alunos que muito o respeitavam e admiravam. O Papa Clemente VIII o elevou a cardeal com esta motivação:

"Nós o escolhemos porque não há na Igreja de Deus outro que possa equiparar-se a ele em ciência e sabedoria".

Quando ficou muito doente, em setembro de 1621, os confrades foram testemunhas do último diálogo dele com Deus: "Ó meu Deus, dai à minha alma asas de pomba, para que possa voar para junto de vós". Morreu no dia 17 do mesmo mês e, pelos seus escritos, recebeu o título de Doutor da Igreja.

**São Roberto Belarmino, rogai por nós!**

Colaboração: Carlos Antônio Pereira (Fonte: [www.cancaonova.com/santo/sao-roberto-belarmino](http://www.cancaonova.com/santo/sao-roberto-belarmino))

### COMUNICADO:

Atenção aos novos horários das transmissões:

Grupo de Reflexão:  
- Quinta-feira às 18h30

Santa Missa:  
- Quinta-feira e Sábado às 19h30  
- Domingo às 9h

Participe conosco!

São Silvestre Viçosa Paróquia São Silvestre SãoSilvestre



**MUNDIAL**  
CALÇADOS

Calçadão, 23 e 95 loja 01 - Viçosa MG - 3891 3888  
Toda loja em até 6X no cartão

**Mercaria**  
**São Silvestre**  
JUM PROPRIETÁRIO

PÃES - LEITE - BISCOITOS  
MERCEARIA EM GERAL

QUALIDADE E BOM PREÇO

R. Juquinha Moreira, nº 160  
Silvestre - Viçosa  
Telefone: 8699-8154

**POSTO DO Beto**

**No De Viçosa**

