SANTUÁRIO DA PENHA

Nossa Senhora da Penha
1667
Padroeira da Cidade de São Paulo

Pascom
PARÓQUIA DE N. SRA. DA PENHA
DIOCESE DE SÃO MIGUEL PAULISTA

Orgão Informativo e formativo da Basílica de Nossa Senhora da Penha

ANO XXVI - SÃO PAULO - FEVEREIRO DE 2024 - EDIÇÃO 306 (2024 - ANO DE ORAÇÃO)

EDITORIAL

"Convertei-vos e crede no Evangelho" (Mc 1,15)

Queridos irmãos e irmãs, a paz de Cristo!

Iniciamos o mês e fevereiro e, nele, a Quaresma, tempo de conversão, de reconciliação com Deus, com a Igreja e com os irmãos e irmãs.

Neste mês de fevereiro nosso SASP retoma as suas atividades de atendimento aos irmãos em situação de rua e famílias em situação de vulnerabilidade. Lembrados de que é as obras de misericórdia são também um caminho de conversão, crescimento espiritual e lugar de encontro com Cristo, vamos nos empenhar em ajudar esta obra tão importante!

Também iniciamos os encontros da Catequese: crianças, jovens e adultos se preparando para os sacramentos da Iniciação Cristã. É importante acompanhar com nossas orações e também nosso testemunho, os que se aproximam do Senhor e de sua Igreja, para dela fazerem parte e nela testemunharem sua fé.

O Carnaval, festa popular do Brasil, também acontece neste período, mas é bom lembrarmos que a moderação e o bom testemunho do cristão se aplicam a todas as realidades, inclusive em seu lazer. Portanto, é bom ter discernimento em relação ao carnaval também.

Dia 11 de fevereiro, que este ano cai num Domingo, dia de Nossa Senhora de Lourdes, é também o Dia Internacional dos Enfermos. Nas missas de nossa Basílica vamos implorar a bênção da saúde para todos e também rezar por todos os que atuam na área da saúde e do cuidado com aqueles que estão enfermos, seja no corpo, seja na alma.

No dia 14 de fevereiro celebraremos o início da Quaresma com a imposição das cinzas e o apelo *"Convertei-vos e crede no Evangelho!"* (Mc 1,15). Este apelo lançado pelo Senhor Jesus no início de sua pregação e vida pública, continua ecoando ao longo dos séculos e procurando resposta em cada coração. Abramos o nosso espírito ao arrependimento e busquemos a conversão ao Evangelho, aproveitando o tempo santo da Quaresma com seus exercícios espirituais: jejum, esmola (caridade fraterna) e oração. A Campanha da Fraternidade deste ano, cujo tema é: *"Fraternidade e Amizade Social"* e que tem como lema: *"Vós sois todos irmãos e irmãs"* (Mt 23,8), será também um dos auxílios em nossa trajetória de santificação. Ela tem como objetivo *"despertar, de acordo com o tema e o lema, a beleza da fraternidade humana aberta a todos, para além dos nossos gostos, afetos e preferências, em um caminho de verdadeira penitência e conversão"* [1].

Durante o tempo da Quaresma, na Basílica, os fiéis se reúnem toda sexta-feira para fazer o exercício da Via-Sacra, sempre após a missa das 15h e também à noite, às 20h. E nosso Grupos de Rua (grupos de famílias) se reúnem para encontros de oração e reflexão a partir da Campanha da Fraternidade. Participe!

Além de tudo quanto foi dito, temos este ano a alegria de realizar nosso Primeiro Encontro de Casais com Cristo, nos dias 23 a 25 de fevereiro. Reze pelos irmãos e irmãs que dele irão participar.

Desejo a todos uma santa e proveitosa Quaresma em preparação para a Santa Páscoa do Senhor.

Deus, por intercessão da Senhora da Penha, abençoe a todos.

Pe. EDILSON DE SOUZA SILVA
Pároco da Basílica de Nossa Senhora da Penha

[1] https://campanha.cnbb.org/edicoes-cnbb-lanca-materais-da-campanha-da-fraternidade-2024-sobre-a-amizade-social.html (acessado em 20/01/2024 às 09h20)

GOTAS DE CATEQUESE – A FELICIDADE EM DEUS

Em que consiste a felicidade para a qual Deus nos fez?

Comecemos com uma parábola: Um soldado servia numa base estrangeira. Certo dia, ao ler um jornal da sua terra, enviado por sua mãe, encontra nele a fotografia de uma moça. Não a conhece, e na verdade, nunca ouvira falar dela antes, mas ao ver a fotografia diz de si para si: *"Como me agrada essa moça, bem que eu gostaria de conhecê-la e, quem sabe, me casar com ela"*.

Por sorte, o jornal traz o endereço dela e o soldado decide escrever-lhe, embora sem muita esperança de receber a resposta. No entanto, a resposta chega. Começam uma correspondência regular, trocam fotografias e contam um ao outro todas as suas coisas. O soldado se apaixona cada dia mais dessa moça que nunca viu.

Finalmente, recebe a sua licença e volta para casa. Durante anos, namorou-a à distância. O seu amor por ela fez dele um soldado melhor e melhor homem, pois procurou ser o tipo de pessoa que ela quereria que ele fosse. Fez as coisas como ela desejaria que as fizesse e evitou as que lhe desagradariam se chegasse a conhecê-la. Já é um anseio enorme por ela em seu coração.

Podemos imaginar agora a felicidade que dominará cada fibra de seu ser quando, ao descer do trem, tomar enfim essa jovem nos seus braços?

É ASSIM TAMBÉM ENTRE NÓS E DEUS! Esta história descreve o que será a nossa felicidade no céu, se o merecermos. Pois a verdadeira felicidade, a da eternidade, consiste nisso: em que possuiremos a Deus infinitamente perfeito e seremos possuídos por Ele, numa união tão absoluta e completa que nem sequer remotamente podemos imaginar o êxtase que dela advirá.

Não será apenas um ser humano que possuiremos, por mais admirável que seja. Será o próprio Deus a que nos uniremos de um modo pessoal e consciente: Deus, que é Bondade, Verdade e Beleza infinitas. Possuiremos e seremos possuídos por Deus, que é tudo e cujo amor infinito pode satisfazer – como nenhum amor nesta terra – todos os desejos e aspirações do coração humano. Conheceremos então uma felicidade tão arrebatadora que diremos dela como São Paulo aos Coríntios: *"nem os olhos viu, nem o ouvido ouviu, nem entrou no coração do homem o que Deus tem preparado para aqueles que o amam"* (1Cor 2,9). E essa felicidade, uma vez alcançada, não mais se perderá.

É nisto que consiste a maravilha do céu: não acabará nunca. Estaremos absortos na posse do maior Amor que existe, diante do qual o mais ardente dos amores humanos é uma pálida sombra. Pois ninguém é absolutamente feliz nesta vida. Sempre falta algo que o coração deseja.

Pessoas mais sábias ou elevadas espiritualmente sabem que o bem-estar material é uma fonte de felicidade que a longo prazo termina. Descobriram que não há felicidade tão profunda e permanente como a que brota de uma fé viva em Deus e de um frutífero e ativo amor de Deus. E é precisamente nisso – no fato de nenhum humano jamais ser perfeitamente feliz nesta vida – que encontramos uma das provas da existência da felicidade eterna, que nos aguarda após a morte.

Deus, que é infinitamente bom, não poria nos corações humanos esta ânsia de felicidade perfeita se não houvesse algum modo de satisfazê-la. E o segredo maior para sermos felizes, trataremos no próximo artigo, que é: fazer a vontade de Deus.

Que Nossa Senhora da Penha, a Virgem Santíssima do SIM, nos ensine e ajude a acolhermos e fazermos a vontade de Deus em nossas vidas, para possuirmos a Ele na eternidade.

ILUSTRAÇÃO: *https://deusquerfalar-contigo.blogspot.com/2014/11/mensagem-de-fe-mensagem-de-felicidade.html (acesso 24/01/2024-15h45)*

ATÍLIO MONTEIRO JÚNIOR
Cerimoniário da Basílica Nossa Senhora da Penha

Desde 1929
GALLI
Carnes Nobres
Tradição e Qualidade
95 Anos
Rua Betari, 476 - Penha
www.gallicarnes.com.br
Disk Encomendas
(11) 91976-7392

CHOCOLESTE
TUDO PARA FABRICAÇÃO CASEIRA
Fone: 11 2296-3433
| Barras de Chocolate | Formas | Embalagens |
| Produtos para Confeitaria e Sorveterias |
| Cursos de Culinária |
Temos descartáveis para Festas e Eventos; Produtos para Buffet e para Cestas de Café da Manhã
Rua Guaiauna, 54 - Penha - São Paulo

Peru's Sandubas Chopp Grill
Agora com Delivery
ESTAMOS NO IFOOD!
CHOPPERIA E CHURRASCARIA
"DE PESO"
De Domingo à 5ª Feira das 11h00 às 16h00
Sexta, Sábados e Véspera de feriados
das 11h00 às 22h00
Tel.: 2694-6861 / 2694-7525
Rua Cajuru, 1164 - Belém - SP
acesse nosso cardápio: www.perussandubas.com.br

CASA DE ERVAS
Maravilha da Natureza
Cuidando de sua saúde e beleza
Terapeuta Holístico Credenciado
FITOTERAPIA
Ervas Medicinais para o equilíbrio
ZONOTERAPIA
Avaliação através dos pés
TERAPIA CORPORAL
Ciático e Coluna
TERAPIA EM SINCRONISMO
Atendimento com hora marcada
97194-1516
FONE/FAX: 11 2943-9464
Você será sempre atendido por um terapeuta
AV. Luiz Imparato nº 220 | Vila Cisper | E-mail: maravilhas.natureza@ig.com.br

ASTURIAS IMÓVEIS
CRECI 17.621-J
Consultoria e Empreendimento Imobiliários
Atuamos no mercado imobiliário desde 2000
Com Locação; Administração e Venda de Imóveis
Hoje somos uma das imobiliárias mais atuantes na região,
venha nos fazer uma visita e traga seu imóvel.
www.asturiasimoveis.com.br
Rua Betari, 339 - Penha - SP - CEP 03634-040 - Tel.: 2791-6144

COMPRANDO PELO NOSSO APLICATIVO
GANHE 10% DE DESCONTO
NO VALOR TOTAL!
Agora ficou mais fácil de fazer o seu pedido!
PROMOÇÃO DE FIDELIDADE
A cada pedido feito pelo aplicativo GANHE um selo!! Acumule selos e troque por produtos disponivéis na promoção fidelidade!!
Disponível na App Store
Disponível no Google Play
La Cantinella Pizzas e Esfihas
Rua Caquito, 206 - Penha. Fones: 2642-9780 / 2642-6816 / 94012-8968 e 2647-6110

"OBRIGADO DEUS POR NÃO FAZER AS MINHAS VONTADES E SIM ATENDER AS MINHAS NECESSIDADES"

Vendas no atacado e varejo
atendemos: lanchonetes, bares, restaurantes, motéis, condomínios, escritórios e clientes em geral

Pirapel
Comércio de Embalagens

Faça seu pedido
Entregamos em toda região
11 94815-0288
11 3596-2241
www.pirapel.com.br
pirapel_embalagens

Parcelamos em 2X no cartão para compras acima de R$ 150,00
Taxa de entrega R$ 15,00 para compras abaixo de R$ 150,00

Pirapel - Comércio de Embalagens
Mercadão Penha - Box 34/35
Av. Gabriela Mistral, 160
11 3596-2241 11 94815-0288
Aqui você encontra tudo que imagina e precisa
contamos com uma linha de 10.000 itens

EXCELÊNCIA E Qualidade
Bom Gosto
Cortes Especiais
Só trabalhamos com carne de boi fresca
Picanha Maturada • Leitão
Cordeiro • Vitela • Coelho • Cabrito
bomgostocarnes.ed@gmail.com
2641-8798
94076-8867
Ligue e Faça sua Encomenda
Serviço Especial de Delivery para compras acima de R$ 100,00
Parcelamos suas compras acima de R$ 100,00 em até 2x sem juros no cartão
No Carnaval comemore com um delicioso churrasco
Mercadão da Penha - Av. Gabriela Mistral, 160 Box 04/05

FÁTIMA
FERRO E AÇO LTDA.
Tel.: (55-11) 2090-1000
Fax: (55-11) 2090-1001
Av. Projecta, 22 - Cumbica
Guarulhos - SP - Cep: 07222-130
www.fatimaferroeaco.com.br
fatimaferroeaco@fatimaferroeaco.com.br

DISTRIBUIDORA DE PESCADOS
Santa Rosa
Temos bacalhau dessalgado
QUALIDADE E PREÇO BAIXO!
MAIS DE 40 ANOS DE TRADIÇÃO
Av. Gabriela Mistral, 160 - Mercado Municipal da Penha - Box 6 e 16
Tel.: (11) 3582-8747 e (11) 96761-1047 e-mail: distribuidorasantarosapenha@gmail.com

Mercadão da Penha
Tem a melhor avícola da região
BOX 7/14
Avícola Abadia
Tudo sempre Fresquinho
Cortes Especiais de Aves
AVES
Alimetação Saudável para todas as Estações do Ano
Delicioso Frango Assado (Atropelado)
Ovos Caipira
Ovos Caipira Orgânico
Ovos de Pata
Ovos Caipira Ômega3
Linguiça de Frango Cuiabana
MERCADO MUNICIPAL DA PENHA – BOX 7/14 - Av. Gabriela Mistral, 160 - Penha de França
Tel:. 2641-1044 - e-mail: abadiaalimentos@hotmail.com

"QUARESMA NOS TRAZ UM TEMPO DE PAZ, ALEGRIA E FELICIDADE, PORQUE CHEGAMOS PERTO DE DEUS"

NOS CAMINHOS DE MARIA | NOSSA SENHORA DE LOURDES, MÃE DOS PEQUENOS E HUMILDES

As mãos que estavam unidas, afastaram-se estendendo sobre a terra e depois novamente juntas à altura do peito, levantou os olhos ao Céu em sinal de profunda humildade e obediência a Deus e disse: "EU SOU A IMACULADA CONCEIÇÃO". Dito isto, desapareceu.[1]

Acima, um trecho do livro de Pedro Oliveira e Pe. Juscelino Júnior sobre a Matriz de Lourdes em Canela – RS (a famosa "igreja de pedra" que existe por lá), no qual descrevem as 18 aparições da Padroeira, a Virgem de Lourdes, a Santa Bernadete. O excerto corresponde à 16ª aparição, em 25 de março de 1858, durante a qual Maria apresentou-se como a Imaculada Conceição, confirmando a verdade de fé já celebrada pelos cristãos há muito tempo. Diante da Mãe de Deus, a pobre Bernadete pôde contemplar a graça divina operada em Maria, concebida sem pecado em previsão dos méritos do Filho que Ela concebeu, Jesus Cristo Libertador.

Os autores da obra supracitada apresentam uma reflexão interessante acerca da mensagem das 18 aparições de Lourdes e que transcrevemos a seguir:

Mas, inimiga do pecado, Ela (Maria) é também amiga dos pecadores, não enquanto ligados às suas faltas ou se gloriam delas, mas enquanto se veem esmagados pelos sofrimentos físicos e morais, consequências do pecado.

Reduzida a sua expressão mais simples, poderíamos sintetizar desta forma a mensagem de Lourdes: A Virgem sem pecado, que vem socorrer os pecadores.

E para isso propõe três meios: ***A fonte de águas vivas, A oração, A penitência!!!***

A Santíssima Mãe de Deus, para conferir aos homens mais uma de suas infinitas graças, e para confundir o que no mundo se julga forte, escolheu um instrumento, à preferência de outros, débil, segundo a divina economia que São Paulo exalta: "Deus escolheu o que é fraco no mundo, para confundir os fortes" (1Cor 1,27). E ste instrumento era Maria-Bernadete Soubirous (Bernadete), nome hoje caríssimo e celebérrimo no mundo inteiro, mas naquele tempo, quando apenas quatorze anos contava, de todos desconhecida.[2]

Lourdes, cuja Festa celebramos em 11 de fevereiro, é um convite a redescobrirmos a predileção divina pelos pequenos, humildes e excluídos, sintetizados em Bernadete – de modo particular, os enfermos, aos quais Nossa Senhora, docemente, traz a saúde e a cura. O Papa Francisco, a quem muito amamos e com quem estamos filialmente unidos, não está sozinho quando faz o convite a uma Igreja Sinodal. Unidos a ele, abraçamos essa missão e nos colocamos a serviço da vida e da esperança, com especial cuidado com aqueles que estão à margem da sociedade. Nestes, Jesus está presente, dando-nos uma oportunidade de renovação e vida nova, no amor e na solidariedade. Agarrados firmemente aos pés da Senhora que traz "à cinta as cores do céu", tornemos nossa Casa Comum um lugar onde reine a justiça, a tolerância e a paz!

(SUGESTÃO PARA ESTE MÊS: *Se possível, visite um doente e também a Gruta de Lourdes na Basílica da Penha, fazendo sua prece pelos enfermos e sofredores).*

FONTES: *[1] OLIVEIRA, Pedro; JÚNIOR, Padre Juscelino. Paróquia Nossa Senhora de Lourdes – Canela – RS – Brasil. Porto Alegre: Evangraf, p. 33 (destaques dos autores).*
[2] Ibid., p. 38 (itálico dos autores).
ILUSTRAÇÃO: *Pintura na Igreja Matriz de Nossa Senhora de Lourdes em Canela – RS,*

representando as aparições da Virgem a Santa Bernadete no século XIX. Foto do autor (2020).

LEONARDO CAETANO de ALMEIDA
Pastoral da Comunicação e Associado da Academia Marial de Aparecida

Nossa Senhora da Penha

CONVITE PARA REZAR CONOSCO A VIA SACRA

Queridos irmãos e irmãs, estamos nos aproximando do tempo forte da Igreja, o tempo da Quaresma e iniciamos, juntamente com os Grupos de Rua, a reflexão do tema e lema da Campanha da Fraternidade 2024 que é: ***"Fraternidade e Amizade Social"*** e o lema ***"Sois todos irmãos e irmãs"*** (cf. Mt 23,8). A beleza da fraternidade humana aberta a todos, para além dos nossos gostos, afetos e preferencias, em um caminho de verdadeira penitencia e conversão.

"A Campanha da Fraternidade, dentro do caminho penitencial da Igreja propõe também durante a Quaresma, um convite de conversão a amizade social e ao reconhecimento da vontade de Deus de que todos sejam irmãos e irmãs" (texto base cf. 2024 CNBB).

"De acordo com o bispo auxiliar da arquidiocese de Brasília e secretário-geral da CNBB, dom Ricardo Hoepers, o tema e o lema da CF 2024 refletem a preocupação do episcopado brasileiro em aprofundar a fraternidade como contraponto ao processo de divisão, ódio, guerras e indiferença que tem marcado a sociedade brasileira e o mundo" (fonte www.cnbb.org.br).

Podemos nos preparar refletindo nos encontros nos Grupos, através dos livretos da Campanha da Fraternidade que estarão também disponíveis na secretaria da Basílica, intensificando nosso momento de oração.

Além das orações teremos a realização da **VIA SACRA** que acontecerá todas as sextas feiras no horário da tarde após a missa das 15h00 e à noite às 20h00 para que tenham esta disponibilidade de participação.

Termino desejando a todos

uma santa Quaresma de oração e reflexão e que consigamos nos preparar para o momento maior que é a Ressurreição de Nosso Senhor Jesus Cristo em nossas vidas.

ILUSTRAÇÃO: *https://campanhas.cnbb.org.br/campanha/campanha-da-fraternidade-2024 (acesso 24/01/2024-15h35)*

MARILENA ALFANO TEIXEIRA LIMA
Grupos de Rua

PERÍODO QUARESMAL EM SINTONIA COM A CAMPANHA DA FRATERNIDADE

Vós sois todos irmãos e irmãs (Mt 23,8)

No ***"Anúncio das Festas Móveis"*** proclamado no dia da Solenidade da Epifania do Senhor, ouvimos que o Centro do Ano Litúrgico é o Tríduo Pascal e que, no corrente ano, a Quarta-feira de Cinzas, início da quaresma, ocorrerá a 14 de fevereiro.

A quaresma, cerca de quarenta dias, deve ser um tempo em que nos preparamos para a Semana Santa e a solenidade pascal. Período de reflexão, de intensa oração, jejum, penitência e muita caridade. Nas palavras de São Paulo VI ***"é o tempo de sacrifício e penitência, mas é também um tempo de comunhão e solidariedade (...) cada um dos homens, na verdade, é chamado a compartilhar realmente os sofrimentos e as desventuras de todos os demais. Assim, a esmola e o dom de si mesmo não devem ser atos isolados e ocasionais, mas sim a expressão de união fraterna entre todos"*** [1]

Por seu lado, a Campanha da Fraternidade está completando 60 anos e teve sempre o objetivo de iluminar a vivência quaresmal no Brasil à luz da caridade cristã. No corrente ano, a C. F. foi inspirada na Encíclica do Papa Francisco, FRATELLI TUTTI, de 2020. A Campanha apresenta, então, como tema ***"Fraternidade e Amizade Social"***, e como lema que, aliás, esclarece o sentido da campanha: ***"Vós sois todos irmãos e irmãs"*** (Mt 23,8)

Num mundo em que as relações entre as pessoas e entre os povos se mostram estremecidas pelas desavenças, preconceitos e competições exacerbadas bem como pelas atitudes distópicas de governantes autoritários, falar de respeito e de amor fraterno é extremamente importante para nossa reflexão e, principalmente, para que procuremos agir e praticar a convivência fraterna. É precisamente isso que quer a Fratelli Tutti e que nos propõe a CNBB, nesta Campanha da Fraternidade. Seja nosso desejo o mesmo que expressa Papa Francisco na Encíclica: ***"Desejo ardentemente que, neste tempo que nos cabe viver, reconhecendo a dignidade de cada pessoa humana, possamos fazer renascer, entre todos, um anseio mundial de fraternidade."*** (F.T. nº 8)

Vivendo cristãmente a quaresma, podemos, sem dúvida, enriquecê-la praticando o que a CNBB, inspirada no Papa, nos pede nestes dias de preparação para a Páscoa.

O Texto-Base, nº 84, nos lembra a atuação profética do Papa Francisco ao desencadear a proposta do Sínodo sobre a sinodalidade, em andamento até outubro deste ano envolvendo as Igrejas de todo mundo. A metáfora da tenda (***"Alarga o espaço da tua tenda"***), a partir de Is 54,2-4, apresentada do documento do Sínodo, faz-nos pensar no acolhimento, no encontro e no respeito a todas as pessoas.

"Alargar os espaços das nossas tendas significa que, perante as várias formas atuais de eliminar ou ignorar os outros, sejamos capazes de reagir como um novo sonho de fraternidade e amizade social que não se limite a palavras." (DB, n 125) - ***"É preciso estendê-las, de modo que possam proteger também aqueles que ainda se encontram fora deste espaço, mas que se sentem chamados a entrar."*** (nº 124).

Lembremos, finalmente, que o dia da Coleta Nacional da Solidariedade será no Domingo de Ramos da qual precisamos participar, segundo a possibilidade de cada um, como gesto de contribuição a todos os projetos sociais promovidos pela Igreja, no Brasil.

FONTE: *[1] São Paulo VI, Mensagem para a Quaresma de 1973 apud Texto-Base, pág. 5*

ILUSTRAÇÃO: *https://www.paieterno.com.br/2023/12/07/fraternidade-e-amizade-social-e-o-tema-da-cf-2024/ (acesso 24/01/2024-15h40)*

IDEOVALDO R. ALMEIDA
Pascom

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

A perda cognitiva, alterações comportamentais e declínio da capacidade funcional é uma condição da Doença de Alzheimer (DA), mudanças de humor (irritabilidade, ansiedade, depressão), desorientação, alterações no sono, dificuldade de comunicação, comportamento repetitivo, perda de memória, e dificuldade em interagir com outras pessoas, são as alterações mais comuns em pessoas com Alzheimer. Estudos demonstram que a falta de uma dieta saudável pode estar diretamente relacionada com um aumento dos riscos de demência.

Apesar de não existirem alimentos milagrosos, a ciência tem visto que a inclusão de determinados tipos de alimentos nos hábitos alimentares pode proporcionar benefícios para pessoas com Alzheimer.

Frutas vermelhas como **amora, morango, ameixa e framboesa** podem ser uma boa opção para reduzir os riscos de Alzheimer, por serem fontes ricas de flavonoides.

O abacate é uma excelente fonte de ômega 3, 6 e 9, além de vitamina E, um ótimo antioxidante que ajuda células de todo o corpo, inclusive nas áreas cerebrais.

Os peixes de água salgada (atum, salmão, cavala, arenque) por exemplo são ricos em ômega 3, um componente essencial para a comunicação entre os neurônios, beneficiando, principalmente, as áreas responsáveis pela memória e aprendizado.

Incluir alho, banana, castanha de caju, amendoim e atum na dieta é uma ótima estratégia, pois essas opções são ricas em vitamina B, especialmente vitaminas B6, B9 nutrientes importantes na produção de neurotransmissores essenciais para função cognitiva.

Folhas verde-escuras são ótimas para ajudar na prevenção de doenças cerebrais, como o Alzheimer, devido à alta concentração de folato (vitamina B9), fundamental para a função cerebral, mantendo e melhorando a capacidade cognitiva e a saúde mental.

Normalmente, pessoas com Alzheimer possuem baixos níveis plasmáticos de vitamina C, muitas vezes correlacionado à insuficiência de ingestão de alimentos, como acerola, brócolis, laranja entre outras.

Estudos recentes sugerem que a inclusão de grãos, azeite, oleaginosas e vegetais na dieta, ou seja, utilizar uma dieta baseada no estilo Mediterrâneo é uma excelente opção quando o assunto é prevenção do Alzheimer.

Uma dieta pobre em nutrientes, principalmente com excesso de gorduras trans, pode aumentar o risco de inflamação, acúmulo de placas no cérebro e prejudicar a memória. Para prevenir o Alzheimer, além de evitar alimentos com alto teor de gordura saturada, como manteiga, banha de porco e carnes gordurosas, é importante cortar alimentos com alto teor de açúcar, como refrigerantes e doces, excesso de sal, sódio e frituras.

A Doença de Alzheimer não tem cura, mas é possível retardar a degeneração e amenizar os sintomas, a prevenção pode proporcionar uma melhora na qualidade de vida, principalmente em indivíduos com predisposição genética para a doença.

É essencial lembrar que nenhum alimento é capaz de prevenir doenças, e seu consumo deve estar aliado a um estilo de vida saudável.

Uma dieta pobre em nutrição, principalmente com excesso de gorduras trans, pode aumentar o risco de inflamação, acúmulo de placas no cérebro e prejudicar a memória. Para prevenir o Alzheimer, além de evitar alimentos com alto teor de gordura saturada, como manteiga, banha de porco e carnes gordurosas, é importante cortar alimentos com alto teor de açúcar, como refrigerantes e doces, excesso de sal, sódio e frituras.

PATRÍCIA APARECIDA da SILVA BRITO
Nutrição no Esporte e Exercício | Fitoterapia Funcional | Endocrinologia e Metabologia
Clínica R. Vilela, 665 8° Andar, Tatuapé - 11973413702

e-mail: massmr@outlook.com
Massas MR®
Especialidades em Massas
Salgados | Talharim | Nhoque
Raviole | Capeletti | Conchille
Pizzas | Massas c/ Molho
Canelone | Rondelle
Massa de Pastel
11 2641.0929 11 2642.7441
11 96864.3355
Rua Guacari, 150 - Penha SP

CAPITAL REFRIGERAÇÃO
REFRIGERAÇÃO E AR CONDICIONADO
Peças e equipamentos para:
- Refrigeração Comercial
- Câmaras Frigoríficas
- Geladeiras Comerciais
- Balcões Frigoríficos
- Ar Condicionado
televendas (11) 2090-9300
Rua Guaiaúna, 380 - Penha
www.capitalrefrigeracao.com.br

Frango Fácil!
Refeições; Frango crocante e Carnes assadas por kilo
Costela/Cupim/ Maminha e Fraldinha
HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO
Terça à Sábado das 10h30 às 19h00
Domingos e Feriados das 10h30 às 13h00
Delivery & Salão
ifood
Av. Gabriela Mistral, 160 - Box 1 - Mercadão da Penha

CHAVEIRO e ARTESANATO
MERCADÃO PENHA
Chaves p/ autos e residências; afiação e carimbos
Av. Gabriela Mistral, 160
Mercado Municipal da Penha
Rua Serra de Bragança, 558 - Tatuapé
2097-6469
99750-8805

S. Battistuzzo
Compra e Venda
Locação e Administração
PABX
2296-4666
Rua Dr. Almeida Nogueira, nº 260 Penha - CEP:03634-050 (Esquina com a Rua Betari atrás do Shopping Penha)

HORT SHOP
ENTREGAMOS EM DOMICÍLIO
MERCADO MUNICIPAL DA PENHA | AV. GABRIEL MISTRAL, 160
FONE: 2641-0728 | FAX: 2641-7468

CASA Borges
Desde 2008
Faça seu pedido
11 93049-7490
Serviço de Delivery
taxa de entrega • R$ 10,00
Entregamos na região. Consulte área de abrangência
MERCADO MUNICIPAL DA PENHA - BOX 19
Av. Gabriela Mistral, 160 - Penha - (Ao lado do Terminal de Ônibus)
2082.0522 WWW.BORGESLATICINIOS.COM.BR
Borges Penha borgeslaticinios
QUARESMA - Tempo de comer Bacalhau
Temos diversas opções de cortes: Lombo, Filé e Desfiado

ESPERA PELO SENHOR, TEM BOM ÂNIMO, E FORTIFIQUE O TEU CORAÇÃO: ESPERA, POIS, PELO SENHOR”

PASTORAL DA SAÚDE

"Eu vim para que todos tenham vida e a tenham em abundância." (João 10,10)

"Está alguém enfermo? Chame os sacerdotes da Igreja, e estes façam oração sobre ele, ungindo-o com óleo em nome do Senhor. A oração da fé salvará o enfermo e o Senhor o restabelecerá." (Tiago 5, 14)

Ação pastoral da Igreja no Brasil ou simplesmente pastoral é a ação da Igreja Católica no mundo ou o conjunto de atividades pelas quais a Igreja realiza a sua missão de continuar a ação de Jesus Cristo junto a diferentes grupos e realidades. Dentre as pastorais da Igreja se destaca a Pastoral da Saúde.

A Pastoral da Saúde é a ação evangelizadora de todo o povo de Deus, comprometido em promover, preservar, defender, cuidar e celebrar a vida, tornando presente no mundo de hoje a ação libertadora de Cristo na área da saúde. Tem como objetivo evangelizar com renovado ardor missionário o mundo da saúde, à luz da opção preferencial pelos pobres e enfermos, participando da construção de uma sociedade justa e solidária a serviço da vida. É importante a integração da Igreja e da sociedade para que o povo tenha mais saúde por meio do exercício da cidadania, e nessa tarefa o agente de pastoral da saúde tem um papel importante. (Pe. Christian de Barchifontaine)

A princípio a Pastoral da Saúde era conhecida como Pastoral do Enfermo. Após a chegada de três religiosos Camilianos, em 1922, um grupo de jovens brasileiros se juntou a eles, e depois de um tempo de formação, assumiram a vida religiosa e o ministério junto aos doentes, dando um novo olhar para a ação da Igreja.

A Pastoral da Saúde foi instituída oficialmente como uma das Pastorais Sociais da CNBB – Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, em 09 de maio de 1986, sendo organismo de ação social e sociedade cívico-religiosa, organizada por tempo indeterminado e com sede itinerante (acompanha o coordenador nacional), sem fins lucrativos, legalmente constituída por Estatuto e Regimento Interno próprios. A Pastoral da Saúde desenvolve o seu trabalho em três áreas de atuação: ***Solidária*** – busca a presença samaritana, atender a pessoa integralmente, nas dimensões física, psíquica, social e espiritual; ***Comunitária*** – trabalha na promoção, prevenção e educação para a saúde; ***Sócio-Transformadora*** – Atua junto aos órgãos e instituições públicas e privadas que prestam serviços e formam profissionais na área de saúde e participa das instâncias colegiadas do Controle Social na Saúde Pública.

A ação da Pastoral da Saúde acontece em todo lugar que se importa com a saúde - domicílios, hospitais, asilos, creches, escolas, associações de bairro, sindicatos, conselhos de saúde. E, está compreendida como, ***"a resposta às grandes interrogações da vida, como sofrimento e a morte, à luz da morte e ressurreição do Senhor"*** e, empenha-se em evangelizar com renovado ardor missionário no mundo da saúde, e contribuir para construção de uma sociedade justa e solidária, a serviço da vida.

A Pastoral da Saúde Nacional, coordenada pela CNBB, está organizada numa estrutura Nacional e Regional, através de Conselhos – Nacional e estadual, atuando junto com as dioceses no fazer acontecer. Qualquer pessoa que se sinta chamado a atuar em conformidade com a missão desta pastoral poderá se cadastrar no site da CNBB para maiores esclarecimentos e buscar junto a sua paróquia como atuar.

Como exemplos de ações da Igreja com a participação da Pastoral da Saúde, podemos destacar: Campanha da Fraternidade de 1981: saúde e fraternidade; Campanha da Fraternidade de 2008: fraternidade e defesa da vida; Campanha da Fraternidade de 2012: fraternidade e saúde pública.

As ações da Pastoral da Saúde Nacional são ativas e atuais, diante da realidade de cada região do Brasil:

Que o Senhor Jesus abençoe a missão da Igreja que sai em auxílio de seus filhos e abençoe a cada um de nós em nosso chamado!

FONTES: *https://pastoraldasaudecnbb.com.br/; https://www.vidapastoral.com.br/; https://www.cnbb.org.br/; https://pt.wikipedia.org*

ILUSTRAÇÕES: *https://pastoraldasaudecnbb.com.br/2024/01/05/pastoral-da-saude-nacional-nova-coordenacao/ https://pastoraldasaudecnbb.com.br/2024/01/10/a-importancia-da-saude-mental-e-qualidade-de-vida/ https://pastoraldasaudecnbb.com.br/2024/01/11/janeiro-roxo/*

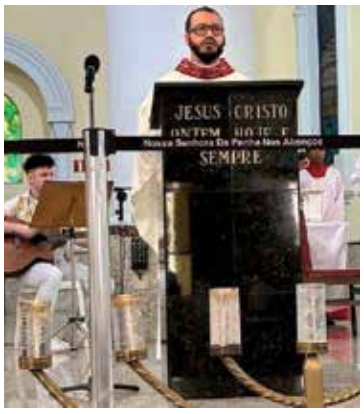
LYSANDRA PRISCILA FERREIRA
Pastoral da Catequese
Catequista

SANTA MARIA, MÃE DE DEUS / DIA MUNDIAL DA PAZ

No dia 01 de Janeiro de 2024, em dois horários, celebramos a Solenidade de Santa Maria, Mãe de Deus e o Dia Mundial da Paz. Elevamos nossas preces para que ela nos acompanhe no decorrer deste ano e nos ajude na promoção da justiça e da paz e que livre a sociedade dos discursos de ódio, especialmente nas redes sociais.

(Fotos: Roberto A. de Oliveira, Aline T. Dias e Maurício Soggia)

ROBERTO A. de OLIVEIRA-Pascom



DANI OLIVEIRA
PILATES

Um ambiente feito para você

Agende uma Aula Experimental

Rua Arnaldo Vallardi Portilho, 139 - Penha de França 11 2096-3424 - 11 99526-0719
www.danioliveirapilates.com.br danioliveirapilates @danioliveirapilates

SAGRADA FAMÍLIA DE JESUS MARIA E JOSÉ

No último domingo do ano, em dois horários, celebramos com alegria a Festa da Sagrada Família: Jesus, Maria e José. Em comunhão com nossas famílias e com toda a sociedade, trilhemos os caminhos, os valores e exemplos luminosos herdados da família de Nazaré. Acolhamos os projetos de Deus para nossas famílias em nossos lares.

(Fotos: Maurício Soggia) | **ROBERTO A. de OLIVEIRA-Pascom**

EPIFANIA DO SENHOR

No dia 07 de Janeiro de 2024, a exemplo dos Reis Magos, guiados pela estrela de Belém, celebramos a Solenidade da Epifania, na qual Cristo se manifesta como luz na vida dos que se abrem aos planos divinos e se põem a caminho, em busca de unidade, justiça e paz.

(Fotos: Roberto A. de Oliveira, Rogério Contini, Rodrigo Holanda e Maurício Soggia) | **ROBERTO A. de OLIVEIRA-Pascom**

Perfumaria
sumirê
Um Carnaval de ofertas para você!
Rua Dr. João Ribeiro, 258 | Fone: 2293-5229

Anunciar ou Assinar
Santuário da Penha
COM ROBERTO 11 97325-9848
OU ELVIS
11 2682-9233 | e-mails:
robertooliveira.penha@gmail.com

F & MACEDO
Materiais para Construção Ltda.
"30 ANOS DE TRADIÇÃO"
2957-5817 / 2791-9858
2023-3957 / 95588-3882
Rua Quarunas, 401 - V. Rui Barbosa - São Paulo - SP

ART-FLORA
N. Sra. da Penha
O Shopping das Flores
Aproveite a chegada da Primavera, comemore com flores e embeleze nosso bairro.
www.artflorapenha.com.br
11 2296-9955 / 11 2097-8875
Praça Nossa Senhora da Penha, 158
ao lado da Igreja N.S. da Penha - Não temos filiais
Portal do Milênio
Portal do Milênio
O espaço ideal
para o seu evento
com ar-condicionado central
www.portaldomilenio.com.br
Central de Atendimento
11 2098-0099
11 2097-8875

TIQUATIRA
LAVA RÁPIDO
E LANCHONETE
Av. (Tiquatira) Gov. Carvalho Pinto, 2301 - Fone: 2641-4329
lavarapidotiquatira@hotmail.com

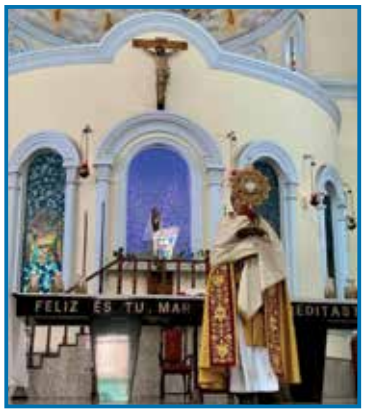
ESTRELA AZUL
IMOBILIÁRIA
CRECI 19259J
94652-1312
COMPRA – VENDA – ALUGA
ADMINISTRA – CONDOMÍNIOS
ASSESSORIA JURÍDICA
TEL.: (11) 2685-2314 / 2855-0296 / 2685-0431
WHATSAPP (11) 94652-1312 / WWW.ESTRELAAZULIMOVEIS.COM.BR

Óticas
Vitelli
CUIDAR DA SUA VISÃO É A NOSSA MISSÃO!
2 ÓCULOS COMPLETO
A PARTIR DE
R$ 199,99
LENTES ATÉ 2 GRAUS
EXAME DE VISTA
GRATUITO
UNIDADE PENHA
AV. TARUMÃ,801
(11) 96968-7748 / 2640-5906
SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS
@VITELLIOTICAS | @OTICASVITELLI

TREINAMENTO FUNCIONAL
marque uma aula experimental
ZAP - 9.8757-6899 METRÔ PATRIARCA
Trinity Pilates

DIAS 05 DE JANEIRO 2024 – ADORAÇÃO E BÊNÇÃO DO SANTÍSSIMO SACRAMENTO

Imagens: *Maurício Soggia*



DIAS 07 DE JANEIRO 2024 – APRESENTAÇÃO DAS CRIANÇAS MARIANA E MARIA LUÍZA

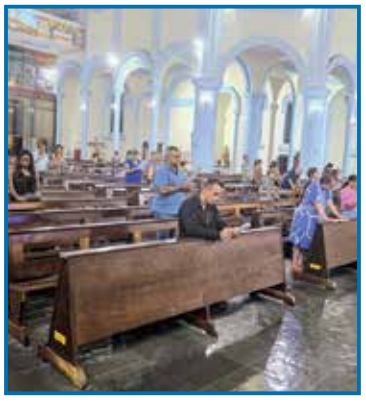
Imagens: *Maurício Soggia*

DIAS 07 DE JANEIRO 2024 – INVESTIDURA DO COROINHA VITOR

Imagens: *Maurício Soggia*

DIAS 08 DE JANEIRO 2024 – FESTA DO BATISMO DO SENHOR

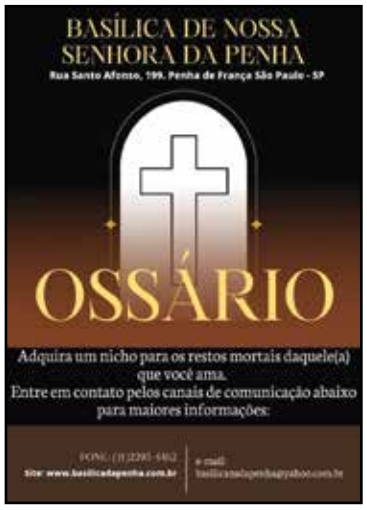
Imagens: *Rodrigo Holanda e Maurício Soggia*



•SURDEZ?
Você não ouve bem?
Sua TV vive no volume máximo?
Você ouve, mas não entende?
Se respondeu "SIM" a uma destas perguntas, venha fazer um teste conosco aqui no SHOPPING PENHA!
/inovaaudicao
INOVA AUDIÇÃO
(11) 3136-0027 | Segunda à Sábado das 10h às 20h
Andar do Supermercado ao lado dos caixas eletrônicos
contato@inovaaudicao.com.br • www.inovaaudicao.com.br

FarMelhor
Unidade Cangaíba
Faça o cadastro em nosso plano de fidelidade e ganhe descontos exclusivos.
DESCONTOS DE ATÉ 90% em MEDICAMENTOS
Visite nossa loja e conheça nossos convênios com laboratórios.
Fazemos recarga de celular
TIM vivo claro oi nextel
e outros, consulte!
DELIVERY
(11) 3805-1578 | (11) 95380-3537
Av. Vinte e Quatro de Fevereiro, 559 | Vila Rui Barbosa | São Paulo | SP
Segunda a Sábado 8:00 - 22:00h | Domingo 8:00 - 14:00h

HÁ MAIS DE 41 ANOS MOSTRANDO A MELHOR DIREÇÃO!
Auto Escola 41 anos
Penha Car
NOS CHAME!
Aponte a câmera do seu celular!
PRIMEIRA HABILITAÇÃO CARRO / MOTO
ADIÇÃO DE CATEGORIA
CONFIRA NOSSOS PREÇOS E CONDIÇÕES DE PAGAMENTOS
Confira no instagram!
Nos siga nas redes
@ aepenhacar
RUA RODOVALHO JR. 814 - PENHA - PRÓXIMO AO MERCADÃO DA PENHA
(11) 2647-1138


BASÍLICA DE NOSSA SENHORA DA PENHA
Rua Santo Afonso, 199. Penha de França São Paulo - SP
OSSÁRIO
Adquira um nicho para os restos mortais daquele(a) que você ama.
Entre em contato pelos canais de comunicação abaixo para maiores informações:

BRAIN CAPITAL Contábil
25 Anos
- Abertura de Empresas
- Assessoria Contábil, Fiscal e Trabalhista
Rua Padre João, 444 - cj. 151 - Penha - SP
Edifício Plaza Penha Offices
F: 3251.0755 - 3266.3596 - 3262.4762
rafael.costa@braincapital.com.br

(11) 2957-9537
Sorvetes Mil Graus
A vida com muito mais sabor!!!
MAIS DE 30 ANOS
www.sorvetesmilgraus.com.br | Sorvetes Mil Graus
Sorveteria São José - Rua Manul Leiros, 351 - Jardim Arizona
Sabores ao Leite
Pote 1L Litro

Luana & Nayara
PÃES E DOCES
Pizzas
Todos os dias, das 18h às 22h
A padaria mais aconchegante, moderna e charmosa da Penha
Delivery
11 2647-7706 / 11 2389-8429
Rua Cerquilho, 96 - Vila São Geraldo

CRECI 33.674-J

Nicola Imóveis
Empreendimentos Imobiliários

CONDOMÍNIO VILLA SÃO FRANCISCO
Rua Manoel Asson n°99

Aptos
2 Dormitórios
51 e 52 m2
PRONTOS PARA MORAR

Vagas Cobertas

VISITE O DECORADO

ESPAÇOS PARA;

Academia
Salão de Festas/jogos
Quadra Esportiva
Piscina A/I
Sauna

Exclusividade Vendas
Corretores de Plantão
Contato: (11) 94730-3888

Samaritanos Penha
2293-4111

Samaritanos Penha
Amigos para ouvir você

Quando você quiser conversar sobre suas tristezas, decepções, mágoas, alegrias, medos, dúvidas, perdas, incertezas, ou qualquer sentimento, entre em contato com o SAMARITANOS, por telefone, e-mail, carta ou pessoalmente.

ATENDIMENTO GRATUITO
NA BASÍLICA DE N. SRA. DA PENHA |
Rua Santo Afonso, 199
Penha | Tel.: 2293-4111

É GRATUÍTO E SINGILOSO
www.samaritanos.com.br
Nossos voluntários estão a disposição para conversar com você.

Você sabia?
Todo dia 8 e todo segundo domingo do mês acontece a nossa
CAMPANHA DO QUILO
Durante as missas na Basílica, colabore com 1Kg de alimento não perecível. Toda a arrecadação será enviada ao
SASP - Serviço de Assistencia Social da Penha

"RESPONDEU JESUS: EU SOU O CAMINHO, A VERDADE E A VIDA. NINGUÉM VEM AO PAI, A NÃO SER POR MIM"

AGENDA PAROQUIAL de FEVEREIRO e MARÇO

08/fev Missas em louvor a NOSSA SENHORA DA PENHA às 7h30, 15h00 e 20h00 na Basílica.
11/fev Missa Diocesana de Pastoral da Saúde – Dia dos Enfermos – às 15h00, na Basílica.
13/fev Missa de NOSSA SENHORA DE FÁTIMA às 20h00, na Comunidade de Fátima.
14/fev Missa de Cinzas às 08h00, 15h00 e 20h00, na Basílica.
16/fev Exercício da VIA SACRA às 16h00 e 20h00, na Basílica.
17/fev Batizados às 09h00, na Basílica.
18/fev Abertura da CF 2024 às 15h00, na Catedral de São Miguel Paulista.
19/fev Missa de entrega do ECC às 19h30, na Basílica.
22/fev Formação para Ministros às 19h30, no Salão Paroquial da Basílica.
23/fev Exercício da VIA SACRA às 16h00 e 20h00, na Basílica.
23 a 25/fev Encontro de Casais com Cristo, na Basílica.
01/mar Adoração, Bênção do Santíssimo e Santa Missa às 14h30, na Basílica.
01/mar Exercício da VIA SACRA às 16h00 e 20h00, na Basílica.
08/mar Exercício da VIA SACRA às 16h00 e 19h00, na Basílica.
08/mar Missas em louvor a NOSSA SENHORA DA PENHA às 7h30, 15h00 e 20h00 na Basílica.
11/mar Missa de aniversário de morte do Padre Carlinhos às 15h00, no Ossário da Basílica.
13/mar Missa de NOSSA SENHORA DE FÁTIMA às 20h00, na Comunidade de Fátima.

Clínica de Podologia
Consulta somente com hora marcada
Especialidades:
- Calosidades
- Unhas Encravadas
- Calos
- Rachaduras
- Micoses
- Verrugas
- Fungos
Ester Boromello
Podóloga
Desde 2004
Rua Santo Antero, 152 - Penha - São Paulo - SP
Tels.: (11) 2295-0207 / (11) 98771-9448
Email: esterboromello@gmail.com

PARA VOCÊ LEMBRAR!

MISSAS NA BASÍLICA DE NOSSA SENHORA DA PENHA:
2ª feira às 15h00 | 4ª feira às 15h00
6ª feira às 15h00
DOMINGO às 7h30, 10h30 h e 18h00.

MISSA DO DIA 08:
Missas de N. Sra. da Penha na Basílica às 7h30; 15h00 e 20h00 (quando cai de 2ª a Sábado /aos Domingos nos horários normais)

MISSAS NA COMUNIDADE NOSSA SENHORA DE FÁTIMA:
Todos os Domingos às 9h00.
Todos os dias 13 do mês às 20h00 (exceto no domingo)

MISSAS NO SANTUÁRIO EUCARÍSTICO:
3ª a 6ª feira às 7h15 e 17h00.
Sábado às 7h15 h e 16h00. DOMINGO às 9h30

TODA A 1ª SEXTA-FEIRA DO MÊS:
Adoração e Bênção do Santíssimo Sacramento às 14h30, seguida de Santa Missa em louvor ao Sagrado Coração de Jesus às 15h00, na Basílica.

BATIZADOS e CASAMENTOS:
Marcar de 2ª à 6ª feira das 8h30 às 11h30 e das 14h00 h às 17h00 e Sábado das 8h30 às 11h30 e das 14h00 às 15h30 na secretaria da Basílica.

NOTAS!

O SANTÍSSIMO SACRAMENTO
Fica exposto durante o dia (exceto às 2ª feiras) no Santuário Eucarístico Diocesano (Igreja Velha da Penha).

VISITA AOS DOENTES:
Para receber a visita do Padre ou de Ministros (as) para comunhão, necessário agendar na livraria ou na secretaria (deixando: endereço, telefone e horários mais convenientes).

CAMPANHA DOS ALIMENTOS PARA AS FAMÍLIAS CARENTES:
Trazer como ofertório nas missas do dia 08 de cada mês, na Basílica.

SECRETARIA DA BASÍLICA

Segunda à Sexta-Feira das 08h30 às 12h00 e das 14h00 às 17h30
Sábado das 08h30 às 12h00 e das 14h00 às 16h00. A secretaria está fechada aos Domingos e Feriados | Fone: 2295-4462

GRAÇAS ALCANÇADAS

** Se você alcançou uma graça pela intercessão de NOSSA SENHORA DA PENHA, Padroeira da cidade de São Paulo, ou do saudoso PADRE CARLINHOS, envie seu depoimento e contato para a Pastoral da Comunicação. Seu testemunho é importante para tornar cada vez mais conhecida a intercessão poderosa de nossa Mãe, sempre atenta aos seus filhos!*
*Pastoral da Comunicação – **PasCom***

COLABORE COM AS OBRAS SOCIAIS DE NOSSA COMUNIDADE - SASP
Doando alimentos não perecíveis nas missas do dia 08 de cada mês e também nas missas do 2º domingo de cada mês. Nossa Senhora da Penha, vos abençoe!

CONFISSÕES INDIVIDUAIS

SANTUÁRIO EUCARÍSTICO DIOCESANO: Terça à Sexta: das 09h00 às 11h00 e das 15h00 às 16h00 Sábado: das 09h00 às 11h00
BASÍLICA DE NOSSA SENHORA DA PENHA Sexta: das 16h00 às 17h15 - Sábado: das 09h00 às 11h00 e das 14h00 às 15h30. Domingo: das 16h00 às 17h30

EXPEDIENTE

ÓRGÃO INFORMATIVO E FORMATIVO DA BASÍLICA DE NOSSA SENHORA DA PENHA DA CIDADE DE SÃO PAULO DIOCESE DE SÃO MIGUEL PAULISTA | RUA SANTO AFONSO, 199 – FONES: 2295-4462 – SÃO PAULO.

Site: www.basilicadapenha.com.br / e-mail: basilicansdapenha@yahoo.com.br
http://facebook.com/basilicadensradapenhasp https://instagram.com/basilicadapenhasp/

• ***DIRETOR:*** *Pe. Edilson de Souza Silva. • EDITOR: : Pe. Robson de Almeida Matos.*
• JORNALISTA RESPONSÁVEL: Ricardo Bigi - Mtb 39.450. • ***DIGITAÇÃO e MONTAGEM****: Roberto A. de Oliveira.*
• ***REVISÃO:*** *Pe. Robson de Almeida Matos e Ideovaldo Ribeiro de Almeida.* • ***RELAÇÕES PÚBLICAS/ COMERCIAIS:*** *Elvis R. Bertola e Roberto A. de Oliveira.* • ***ASSINATURAS:*** *José Pinfildi Filho.* • ***COLABORADORES:*** *Pe. Edilson de Souza Silva, Leonardo Caetano de Almeida, Atílio Monteiro Júnior, Lysandra Priscila Ferreira, Roberto A. de Oliveira, Ideovaldo R. Almeida, Marilena Alfano Teixeira Dias e Patrícia Ap. da Silva Brito.* • ***ILUSTRAÇÕES e FOTOS:*** *Maurício Soggia, Roberto A. de Oliveira, Rogério Contini, Rodrigo Holanda e Aline Tavares Dias* • ***CAPA:*** *https://campanhas.cnbb.org.br/campanha/campanha-da-fraternidade-2024 (26/01/2024-16h40)* • ***FRASES DE RODAPÉ:*** *https://www.frasescurtas.com.br/2016/02/mensagens-religiosas-para-quaresma.html*
• ***MURAL****: Juliana A. Pinfildi.* • ***SITE, INSTAGRAM e FACEBOOK:*** *Emerson Pinfildi, Leonardo C. de Almeida, Monique Freire e Aline Tavares Dias.* • ***TIRAGEM:*** *2.000 exemplares* • ***DIAGRAMAÇÃO:*** *José Hildegardo Fone: (88) 99974-9086* • ***FOTOLITO e IMPRESSÃO:*** *Atlântica Gráfica e Editora Ltda. – Fone: (11) 4615-4680.*
As matérias assinadas são de total responsabilidade de seus autores.