

4 Editorial
«Sobrevivi graças à fé»

6 Janela aberta

FAMÍLIA

12 Ser família
Independência e autonomia

14 Economia familiar
É fácil e dá bons resultados!
Faça o seu orçamento familiar

18 Viver melhor
Enxaqueca
Uma doença incapacitante

SOCIEDADE

22 Educação
Brincadeiras na rua
Sensibilizar crianças e adultos para «a magia do brincar»

28 Comentário
Eunice Lourenço
Presidência portuguesa em busca da Europa social

30 Nacional
Símbolos entregues a Portugal no Vaticano
Cruz e Ícone dão arranque simbólico à JMJ

36 Sociedade
Vacinas COVID-19
Vão chegar, mas cuidados são para manter



42 Internacional
Cabo do medo
Moçambique incapaz de travar ataques extremistas

46 Entrevista
D. José Ornelas em entrevista
«Um cristão não se abstém!»

54 Pelo planeta
Os “sete R” em ação

IGREJA

56 Igreja
Colocar as pessoas como fim, e não como recursos
Papa quer mudar o mundo, mudando a economia

62 Diálogo com o padre
A missa pela internet tem o mesmo valor que na igreja?

64 Vida cristã
Relíquias
Intermediárias da graça de Deus

68 Compreender a arte cristã
Adoração dos Magos

LAZER

70 Recomenda-se

72 Sabores familiares
Salame de chocolate e pistácio

74 Passatempos

75 Para ver
Santo António
A pandemia pela figura do santo de Lisboa

76 Família em viagem
Os mais belos jardins citadinos

80 Tudo somado
Ano novo, vida nova