

2019

família  
cristã SUMÁRIO

**4** Editorial  
*O mito da autorrealização*

**6** Janela aberta

## FAMÍLIA

**12** Ser família  
*As redes sociais e o poder das conexões: «likes» e «FoMO»*

**14** Família  
**Cães e gatos**  
*Quando o animal de estimação faz parte da família*

## SOCIEDADE

**20** Comentário  
**Madalena Fontoura**  
*Confiança*

**22** Nacional  
**Nadadores-salvadores**  
*De olhos no mar para umas férias seguras*

**30** Sociedade  
**Dependência**  
*«O álcool é o principal problema de saúde pública»*

**36** Internacional  
**Conflito EUA China**  
*A nova Guerra Fria*



## IGREJA

**40** Diálogo com o padre  
*Há um «dresscode» para ir à igreja?*

**42** Entrevista  
**D. Jorge Ortiga**  
*«A renovação da Igreja tem de começar pelos padres»*

**48** Igreja  
**Caso único em Portugal**  
*Braga vai ordenar o primeiro sacerdote cego*

**54** Vida cristã  
*Não roubarás*

**58** Ano missionário  
**Irmãzinhas de Jesus**  
*«Estamos ao lado do povo e combatemos com o povo»*

## LAZER

**64** Compreender  
a arte cristã  
*«A parábola do joio»*

**66** Recomenda-se

**68** Viver melhor  
*Um teste que prolonga a sua vida*

**71** Pelo planeta  
*Viagens amigas do ambiente?*

**72** Sabores familiares  
*Empadas saudáveis para umas férias de alguns excessos*

**74** Passatempos

**75** Para ver  
*«Ópera na rua»*

**76** Família em viagem  
*As Aldeias do Xisto, património de Portugal*

**80** Tudo somado  
*Teresa*