



Aqui há NOTÍCIAS

BOLETIM INFORMATIVO TRIMESTRAL | N.º 003 | 2015



003
2015



Nesta edição:

Mensagem do Vice-Provedor	1
Visita ao Andanças	2
Visita do Presidente da República	2
Comemoração do Dia	2
Comemoração do Dia Ambiente	3
Ação de sensibilização da GNR	3
Festa das Vindimas	3
Homenagem ao Dr. Arménio	4
Início das atividades aquáticas	5
Serviço Social	5
Comemorações do Mês do Idoso	6
História de Vida	7
Gripe	7
Entrevista	8
Aniversários	8

Mensagem do Tesoureiro

Sr. Fernando Metelo Falcão



Começo por saudar toda a Irmandade da Santa Casa de Amieira do Tejo, Corpos Sociais, Colaboradores, Utentes, seus Familiares, desejando a todos um Feliz e Próspero Ano de 2016.

Foi em Junho de 2001 que o Dr. Arménio Pestana chegou ao pé de mim e disse "Fernando vou concorrer a Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Amieira do

Tejo, gostava que tu pudesses fazer parte da minha lista."

Eu, como tenho sido sempre um pouco modesto porque os estudos que tenho é apenas o exame da 4ª classe, pensei um pouco, e como sabia que na altura as coisas na Santa Casa não andavam a correr muito bem, decidi aceitar o convite a pensar que podíamos fazer qualquer coisa de interesse para a Santa Casa.

E hoje digo que em boa hora o fiz, porque graças a Deus com muitos sacrifícios, muitas horas de trabalho, com várias ajudas e até com alguns prejuízos para a nossa vida particular, conseguimos levar a cabo o que hoje está feito e à vista de todos, para bem dos nossos idosos e não só, porque hoje a Santa Casa da Misericórdia de Amieira é umas das principais instituições que dão algum emprego aos Amieirenses e não só. Por isso é que hoje tenho um grande orgulho



Aqui há NOTÍCIAS

Cont.

Sr. Fernando Metelo Falcão

de fazer parte deste grupo e que Deus nos ajude a acabar o que temos projetado para o

bem da Instituição.

Visita ao Andanças - Festival Internacional de Danças Populares

Utentes SCMAT



No dia 7 de agosto de 2015 fomos visitar o festival Andanças realizado junto à albufeira de Póvoa e Meadas, juntamente com os utentes da Santa Casa da Misericórdia de Montalvão.

Fomos para nos divertir, conhecer e também para mostrar que somos pessoas ativas/participativas e que gostamos de

novos desafios. Fomos muito bem recebidos pela organização e visitantes, as pessoas foram impecáveis nas ações, para connosco. Foi um dia recheado de momentos muito animados, com muitos sorrisos, muita partilha, muita dança e muita música. Para o ano queremos voltar se Deus quiser!

Visita do Presidente da República, Aníbal Cavaco Silva ao Concelho de Nisa

Utentes SCMAT



No passado dia 24 de julho de 2015 fomos até ao Museu do Bordado e do Barro em Nisa para darmos as boas vindas ao Presidente da República, Aníbal Cavaco Silva que veio visitar o concelho de Nisa, na sua deslocação ao alto Alentejo.

Muitos populares aguardavam com alegria e ansiedade a chegada do presidente, pessoa ilustre e respeitosa, que a todos cumprimentou com alegria e boa-disposição. Foi um momento especial!

Comemoração do Dia das Bibliotecas e do Dia dos Avós

Utentes SCMAT



Juntamos o festejo destas duas datas importantes e fomos visitar e conhecer a Biblioteca Municipal de Portalegre no dia 29 de julho de 2015, juntamente com os utentes da Santa Casa da Misericórdia de Montalvão. Na chegada fomos encaminhados para uma sala onde fomos presenteados com um lindo conto alusivo aos avós, contado pelo ilustre Luís Ensinas, aquém desde já agradecemos a vida que deu à história, bem como a forma sábio como conseguiu prender a nossa atenção. De seguida efetuamos uma visita guiada pelas instalações.

Foi uma manhã muito agradável e animada. Gostamos muito e esperamos repetir mais vezes esta atividade tão importante e interessante.



Aqui há
NOTÍCIAS

Comemoração do Dia Mundial do Ambiente

Utentes SCMAT



No passado dia 13 de julho de 2015 festejamos o Dia Mundial do Ambiente. Assim, deslocámo-nos até à pitoresca povoação rural de Portagem, onde passamos uma manhã muito agradável no espaço de lazer e onde realizamos atividades de estimulação cognitiva e um passeio pela natureza.

Ação de sensibilização da GNR de Nisa

Utentes SCMAT



Recebemos a visita da Guarda Nacional Republicana de Nisa que promoveu uma ação de informação e sensibilização, com o objetivo de alertar para a necessidade de adotarmos medidas de segurança preventivas e de proteção contra furtos. Foi muito importante, especialmente para os utentes de Centro de Dia e de Apoio Domiciliário. O nosso muito obrigado aos agentes, António Calha e Tiago Fernandes pela boa-disposição e simpatia, bem como pelas informações e conselhos dados.

Festa das Vindimas

Utentes SCMAT



No dia 18 de setembro de 2015 fomos participar na vindima do famoso vinho "Terras de Nisa", que começou a ser produzido em 2008. O convite foi feito por Ricardo Reizinho, a quem desde já, agradecemos a amabilidade de nos ter convidado, bem como a forma calorosa e respeitosa com que nos recebeu e tratou e o almoço delicioso que nos ofereceu e o convívio com os jovens que foram igualmente carinhosos e simpáticos connosco.

Este foi sem dúvida um dia maravilhoso, num ambiente de festa, convívio e surpresas, onde tivemos oportunidade de reviver tradições, apesar de modernizada em alguns aspetos, ainda é o que era. Muito mais havia para dizer acerca deste dia tão animado, mas deixamos as imagens, que como diz o ditado, uma imagem vale mais do que mil palavras e as seguintes quadras.

JOVENS ESTUDANTES DE NISA
VOU FALAR-VOS COM O CORAÇÃO
PODEM COMER OS PASTÉIS DE
BACALHAU
NÓS COMENOS AS RODELAS DE
CHOURIÇÃO

JÁ VIMOS JOVENS DE NISA
QUE SÃO BONS A VINDIMAR
TAMBÉM JÁ NOS DISSERAM
QUE SOIS NAMEDMAA ESTUDAR

ASSIM É QUE É JUVENTUDE
TERMINAMOS TODOS A CANTAR
DEUS QUEIRA QUE PRO ANO
SE LEMBREM DE NÓS PRA VINDIMAR

JÁ VERIFICAMOS UMA COISA
QUE NÃO GOSTAIS DE LINGUICINHA
POIS CONTINUEM A BEBER CERVEJA
QUE NÓS ATACAMOS NA PINGUINHA

QUEREMOS AGRADECER-LHE RICARDO
ESTE BELÍSSIMO MANJAR
NÃO SE ESQUEÇA PRO ANO
DE NOS VOLTAR A CONVIDAR

VERIFICAMOS NA SUA VINDIMA
UM CONFRONTO DE GERAÇÕES
A COMER "FEIJÃO DA FESTA"
SOMOS VERDADEIROS CAMPEÕES

ESTAVA TUDO MUITO BOM
E TUDO BEM ORGANIZADO
TERMINAMOS NO COPINHO
E A CANTAR O FADO

UMA PALAVRINHA DE AGRADECIMENTO
PRAS SENHORAS DA CASA
ASSIM DESTA MANEIRA
NUNCA MAIS BATEMOS A ASA





Aqui há NOTÍCIAS

Homenagem ao Dr. Arménio Miguens

Utentes SCMAT



No passado dia 12 de setembro de 2015 realizou-se a homenagem ao ex-provedor desta tão digna Instituição, Dr. Arménio Pestana Semedo Miguéns.

O dia começou com a missa solene na Igreja Matriz, em sufrágio de todos os Irmãos e Benfeitores da Santa Casa. Seguiu-se num ambiente harmonioso um almoço de convívio nas instalações da Instituição que contou com a presença dos utentes, corpos sociais e colaboradores.

Cerca das 15 horas decorreu uma Sessão Solene na sala do Centro de Dia, com todos aqueles que quiseram participar, sendo eles:

Presidente da Mesa da Assembleia Geral, Cte. António Sena; Eng. Gabriela Tsukamoto, antiga Presidente da Câmara Municipal de Nisa; o senhor Rogério Dias, antigo Presidente da Junta de Freguesia de Amieira do Tejo, o senhor Jorge Pires, em nome dos utentes; a Encarregada Maria Luis Pereira que representava os funcionários; a Dra. Ana, Segurança social; o Dr. Mariano Cabaço, da União das Misericórdias, o atual Provedor, Dr. David Esteves e por fim o homenageado e os seus netos

Após este momento tão comovente seguiu-se ainda o descerramento duma placa

alusiva ao acontecimento e por fim na sala do Lar esperava-nos um lanche, oferecido pela Instituição.

Este foi sem dúvida um dia especial, marcante e emocionante e também muito animado.

Dr. Arménio Miguéns, pessoa com inúmeras qualidades humanas a quem nós utentes queremos dizer MUITO OBRIGADO pela dedicação, empenho, persistência e rasgo nos projetos concretizados, bem como pelos que aí vêm!



Aqui há NOTÍCIAS



Início das atividades aquáticas

Utentes SCMAT



Iniciou no dia 5 de outubro de 2015 a atividade do AtivSénior. Assim todas as quintas-feiras de manhã lá vamos nós até à piscina Municipal de Nisa para realizarmos

atividades de hidroginástica. O envelhecimento ativo apresenta-se como um requisito prioritário para responder ao prolongamento da disponibilidade física e

psicológica, estimular a autonomia, valorizar competências e melhorar a qualidade de vida. As aulas são sempre marcadas pela boa-disposição e alegria.

Serviço Social

Utentes SCMAT



No dia 30 de outubro de 2015, a Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo, teve o privilégio de receber a visita dos (as) colaboradores (as) da Santa Casa da Misericórdia de Alpalhão. O objetivo primordial do presente intercâmbio centrou-se na partilha de conhecimentos e experiências, uma vez que, as duas

Instituições possuem vivências e rotinas diárias semelhantes mas ao mesmo tempo diferentes.

Após uma visita guiada pelas instalações da Santa Casa, procedeu-se, na sala de reuniões, a uma dinâmica de grupo, no sentido de cada um poder partilhar a sua experiência profissional e as suas vivências,

bem como deixar uma mensagem.

Terminada a dinâmica de grupo, realizou-se, no refeitório, um lanche convívio entre colaboradores.

Foi uma tarde diferente, rica e muito animada. Voltem sempre!



Aqui há NOTÍCIAS

Comemorações do Mês do Idoso

Utentes SCMAT



Como sabemos o mês de outubro é conhecido como sendo o Mês das Pessoas Idosas. À semelhança de anos anteriores demos relevo a este mês com um conjunto de iniciativas direcionadas a esta franja da sociedade que merece todo o nosso respeito e admiração. Nesse sentido, visitamos no dia 2 a Feira do Idoso em Sousel, onde desfrutamos de um leque variado de atividades. No dia 24, participamos no evento organizado pela Câmara Municipal de Nisa, intitulado, “Celebração do Respeito pela Pessoa Idosa”. Este foi um dia repleto de alegria e boa-disposição, partilha, dança, música, teatro e convívio.

No dia 30 encerramos as comemorações com o IV encontro de IPS’S dos concelhos de, Alter do Chão, Crato e Nisa. As IPS’S

destes três concelhos são as Instituições organizadoras deste projeto intitulado, “ENVELHECER COM RESPEITO, SAÚDE E ALEGRIA”, que tem como intenção dar relevo ao MÊS DO IDOSO. Este é um trabalho, que tem vindo a ser desenvolvido e consolidado, marcando a diferença pela inovação e criatividade, sem esquecer a essência e objetivos, que demarcam esta ação desde a sua conceção, que são, a valorização, o respeito, a dignidade e individualidade da pessoa idosa, a confraternização e o convívio interinstitucional, a alegria e a participação ativa e comprometida de todos.

Este ano foi eleita a Santa Casa da Misericórdia do Crato para ser o guarda-chuva de todas as outras instituições

organizadoras. Assim, num trabalho de equipa e envolvimento de todas, proporcionou-se aos idosos um dia diferente, marcado por atividades e momentos únicos e animados, ou seja, cheios de vida.

Pode parecer utópico ter-mos como ambição o desafio de desenharmos uma ideia de felicidade para os idosos das nossas instituições. Hoje para muitas podemos observar que depauperam excessivamente a felicidade tendo-a reduzido a um elementar bem-estar conformando-se com o suficiente e, por isso, mais do que felicidade nós tencionamos dar aos nossos idosos qualidade de vida.



Aqui há NOTÍCIAS



História de Vida

A HISTÓRIA DO ABC...

O gosto pelas rimas...

Ao perguntar como tudo começou explicou-se, com satisfação, desta forma:

- Eu não sei explicar – disse em primeira mão. Eu andei na Escola Industrial Afonso Domingues, em Lisboa, estava no 4º ano, faltava-me apenas um ano para terminar o curso. Nasceu-me esta ideia uma vez que estava a ver televisão, fui buscar uma caneta e comecei a escrever e a desenhar.

- A desenhar? - Interrogámos.

- Sim, tinha aulas de desenho, não é?! Apanhei um 17! - respondeu a sorrir.

Depois disso, nasceu, espontaneamente, o bichinho pelas rimas, a ideia vinha-me à cabeça e eu escrevia... Também, enquanto lavava a loiça, fazia versos que deixavam a minha mãe emocionada comigo, vinham-lhe as lágrimas aos olhos. Depois, conforme pensava comecei a escrever e tenho um livro de versos.

A minha primeira fonte de inspiração foi a Virgem Maria, a quem dediquei os meus primeiros versos. Depois, dediquei-os aos meus pais e às minhas irmãs mais novas. O que pensava, exteriorizava tudo através de rimas.

Mais tarde, tinha eu já os meus 60 anos, o médico que me operou o coração olhou para os meus versos e disse "Oh! mas isto é digno de um lugar de destaque". Eu não ligava importância nenhuma ao que escrevia, mas fiquei muito contente e admirada com as suas palavras. No dia seguinte, trouxe um gravador e pediu-me para declamá-los.

Hoje estou no Lar de Amieira do Tejo e conservo o livro dos meus versos comigo, no meu quarto.

À VIRGEM MARIA

Perdoa-me ó Virgem Mãe,
Os meus versos pobrezinhos,
São feitos com muito amor,
Alegria, fé e carinho.

Gripe

Enfermeira Ana Antunes

A gripe é, habitualmente, uma doença de curta duração (até 3 a 4 dias), com sintomas de intensidade ligeira ou moderada e com uma recuperação completa em uma ou duas semanas.

Sinais e Sintomas

No adulto e idoso, a gripe manifesta-se, essencialmente, por início súbito de mal-estar, febre alta, dores musculares e articulares, dores de cabeça e tosse seca, podendo ainda ocorrer inflamação dos olhos.

Transmissão

O vírus da gripe é transmitido através de partículas de saliva de uma pessoa infectada, expelidas sobretudo através da tosse e dos espirros, sendo que o período de contágio vai até 7 dias depois do início dos sintomas.

Se estiver com gripe, o que fazer:

- Permaneça em casa, e em repouso;
- Não se agasalhe demasiado;
- Se tiver febre, pode tomar paracetamol até 3 vezes por dia;
- Não tome antibióticos sem receita médica!



- Beba muitos líquidos (água e sumos de fruta);
- Se viver sozinho e, especialmente se for idoso, deve pedir a alguém que lhe telefone regularmente para evitar situações de risco.

Como evitar:

A gripe pode ser evitada se não contactar diretamente com as pessoas infetadas com o vírus. Lavar frequentemente as mãos ajudam a diminuir a probabilidade de contágio.

Mais importante, a gripe pode ser evitada através da vacinação anual. Se a pessoa vacinada for infetada, terá sintomas e uma doença mais ligeira.

Alegria por ter nascido,
Fé porque te hei-de encontrar,
Carinho é o que me dás,
Quando aos outros sei amar.

Desprende-me deste mundo,
Me agarre ao Teu com amor,
Que eu saiba merecer o Céu,
Junto de Nosso Senhor.

Ó Virgem Imaculada,
Mãe do Céu e Mãe da Terra,
Protegei as criancinhas,
Livrai-as também da guerra.

ÀS MINHAS IRMÃS LILI E RAQUELINHA

Criei-as com muito amor
Com extrema dedicação
Não andaram no meu ventre
Mas sim no meu coração.

Com o meu colo pequenino
Dava-lhes o meu calor
Beijos, abraços, papinhas
Bebés lindos, um amor.

Só que não tinha maminhas
Para lhes dar os seus leitinhos
Encostava-as ao meu peito
Dava-lhes muitos beijinhos.

Quando as ia deitar
Que belo o seu embalar
Contava-lhes esta canção
Punha-as logo a dormir.

Ó papão vai-te embora,
De cima deste telhado,
Deixa dormir as meninas,
O soninho descansado.



Aqui há NOTÍCIAS

BOLETIM INFORMATIVO TRIMESTRAL | N.º 003 | 2015

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE AMIEIRA DO TEJO

Morada: Rua Dr. Donato nº15 | 6050 - 141 AMIEIRA DO TEJO

Telm.: 91 011 50 64 | 96 105 39 63 | Tel.: 245 457 169

Fax.: 245 457 074 | Email: amieira@ump.pt

Site: www.scmamieiradotejo.pt

Entrevista

Nome: Joaquina Ribeiro

Idade: 48 anos

Naturalidade: Gáfete

Anos de Serviço

Comecei a trabalhar há 5 anos quando a Instituição abriu como Lar.

Qual a sua categoria atual?

Auxiliar de ação direta.

Gosta do trabalho que faz?

Sim, já passei por todos os sectores, gostei e adaptei-me a todos, são diferentes mas acabamos por lidar com os utentes de todas as valências.

Já teve outros tipos de trabalho?

Sim, muito diferentes deste, mas gosto mais deste porque todos os dias são diferentes, mas estamos sempre a aprender e a dar o nosso apoio e auxílio a cada utente.

Gosto de lidar com os utentes, brincar quando posso, às vezes o meu tom de



voz parece que estou a ralar, mas é a minha maneira de ser, a verdade é que gosto muito do que faço e sobretudo gosto muito dos utentes.

Qual a mensagem que quer deixar tanto para os utentes como para a Instituição?

Aos utentes, quero dizer que estou sempre disponível para os ajudar e para os colegas de trabalho, que sejam sempre, amigos, sinceros e leais uns com os outros.

Aniversários

3º trimestre

Arménia Trindade (7-8-1944)

João Luís Rosa Maia (20-8-1964)

Rita Vieira (21-8-1922)

António Durão (23-8-1929)

Vítor Manuel Pereira (20-9-1044)

Maria da Silva Gama (29-9-1928)

António Sena Mendes (24-9-1924)

Francisco da Silva Pereira (25-9-1952)

Antónia Lino Fonseca (25-9-1927)

Joaquim R. Bernardo Rosa (14-9-1934)

Necrologia

Armando Falcão da Fonseca

Nasceu: 20-11-1930

Falaceu: 25-10-2015



Podem-nos
acompanhar
também através
do nosso facebook.

<https://www.facebook.com/scmamieiradotejo/>



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
DE AMIEIRA DO TEJO

Amieira do Tejo

amieira@ump.pt

245 457 169

