



# Aqui há NOTÍCIAS

BOLETIM INFORMATIVO TRIMESTRAL | N.º 009 | 2018



# 009  
2018



## Nesta edição:

Entrevista .....	1
7º Aniversário do Lar .....	2
Jantar de Reis 2018 .....	2
Janeiras .....	4
Biblioteca ao encontro .....	4
"Velha é Você!" .....	5
Dia Mundial do Doente .....	5
Dia de Compadres .....	6
Almoço das Comadres .....	6
Festa de Carnaval .....	7
Dia dos Namorados .....	7
Dia do Pai .....	9
Dia Mundial da Atividade Física .....	9
Intercâmbio Intergeracional .....	10
Dia Internacional dos Monumentos .....	11
Entrevista .....	14

## Entrevista

José Almeida Fonseca



José Almeida Fonseca, natural de Amieira do Tejo, integra o corpo diretivo da Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo com o cargo de Vogal Suplente desde 2011, ano em que entrou para substituir o Sr. Nelson Lino. Na altura, apanhou a construção da 2ª fase do lar, e desde então, tem vindo a participar das decisões e evolução desta casa. Recorda os momentos em que todos se

uniram na decoração dos quartos e salas de estar. O empenho e dedicação destas pessoas ainda hoje é lembrado com muita emoção. A vontade de proporcionar a melhor comodidade e bem-estar aos que cá vêm, e para os que de uma forma ou de outra consideram esta a sua casa.

A aproximação do Vogal José Fonseca à Santa Casa deveu-se principalmente ao internamento do pai, e por último dos seus cunhados. Faz por ter uma presença na vida destes e de todos os que conhece bem e menos bem.

Mesmo considerando as dificuldades com que se têm debatido, sublinha a união e resiliência da equipa que, com empenho e dedicação tem superado os obstáculos e situações adversas.

Neste momento o sentimento é de um trabalho profícuo, que deseja continuar em prol de boas condições para quem cá



# Aqui há NOTÍCIAS

## Cont.

Entrevista a José Almeida Fonseca

trabalha e para os utentes que merecem a melhor qualidade de vida possível. Espera confiantemente que no futuro, “não deixem isto cair”, o que foi construído com muito trabalho, sacrifício e dedicação a esta causa.

Pretende continuar esta caminhada, até que um dia, quem sabe, possa ser ele a precisar. “Hoje eles, amanhã nós!”

Em modo de conclusão, frisa a importância que este tipo de estruturas representa para

um grupo etário que é cada vez mais acentuado na nossa sociedade, assim como para as respetivas famílias.

## 7º Aniversário do Lar da Santa Casa da Misericórdia

Utentes SCMAT



Fez 7 anos no dia 3 de janeiro de 2018 que inaugurámos o Lar da Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo. Celebrámos esta data com um lanche convívio. Homenageámos as utentes, Nazaré Batista

e Antónia Louro, que juntamente com o lar, celebram 7 anos. 7 anos de esperança, confiança, trabalho, convívio, animação ..., assim como também de angústias, desânimos e lutas. Com tudo isto, e a pensar

no futuro, aplaudimos todos os que fazem parte desta casa, para que com o mesmo empenho e dedicação continuem a trabalhar para esta grande causa e para o bem-estar dos utentes.

## Jantar de Reis 2018

Utentes SCMAT



Os festejos continuaram no dia 6 de janeiro com o jantar de Reis. Na mesa juntaram-se os membros da mesa administrativa, colaboradores e técnicos que, unidos, deram as boas vindas ao ano que se iniciou. Foi

com boa disposição e uma mesa bem composta que festejámos e agradecemos, em primeiro lugar, a possibilidade de se concretizar este jantar, que durante alguns anos consecutivos não foi possível, e em

segundo, a harmonia, esperança e fé de se continuar a dar continuidade a este trabalho. Manda a tradição que no dia de Reis se coma uma romã. Ainda se acredita que, quem o fizer, terá abundância todo o ano. Isto

Aqui há  
**NOTÍCIAS**

## Cont.

Utentes SCMAT



relacionado à grande quantidade de sementes que existem na polpa da fruta. Ora bem, não comemos romã, mas não faltaram

as nossas quadras bem populares, o Bolo Rei e o sorteio do nosso tão aguardado Cabaz de Natal.

O feliz contemplado foi o Sr. Saúl Pereira do Gavião. Esperemos que tenha gostado e que lhe faça muito bom proveito!

## Quadras Populares

Utentes SCMAT

### Jantar de Reis na Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo 2018

Hoje é dia de Magos  
Belchior, Gaspar e Baltazar  
Digam lá em boa verdade  
Se não está bom este jantar!

Ouçam lá minhas senhoras e meus senhores  
Esta vos vou dizer  
Baltazar, Gaspar e Belchior  
Dão-nos sempre de comer!

Sim hoje é o dia deles  
É o dia dos reis Magos

Por favor não deixem de comer  
Para não ficarem magros!

Está tudo muito bom  
E com excelente sabor  
Muito obrigado por tudo  
Meu caso Senhor Provedor!

Não pensem que isto é brincadeira  
Mas Baltazar, Gaspar e Belchior  
Não se esqueceram da nossa cozinheira!

Despeço-me com amizade  
Por esta brincadeira  
Muitos beijinhos para todos

Parabéns Sra. Cozinheira!

Para as nossas técnicas  
Que nos assistem todos os dias  
Para elas muitos beijinhos  
Por estas magníficas alegrias!

Quando se está a pensar nos reis  
Não se esqueçam da romã  
Adeus minhas senhoras e meus senhores  
Despeço-me com amizade e até amanhã!



# Aqui há NOTÍCIAS

## Janeiras

Utentes SCMAT



Celebrando outra das tradições de Portugal, as Janeiras, convidámos o Coral Polifónico de Alter do Chão para cantar nas nossas instalações. Já são poucos os que podem fazer parte dos grupos e sair pelas ruas, por isso, e de forma a proporcionar um

momento de festa e alegria a todos, no dia 13 de janeiro, recebemos com entusiasmo este grupo Coral. Interpretaram bonitas canções alusivas a esta quadra festiva que nos fez recordar bons momentos. Além da sua atuação, agradecemos o convívio que se

prolongou durante o lanche. Foi com muito agrado que os recebemos e com muito carinho que os nossos utentes confeccionaram um maravilhoso doce de maçã para adoçarem a boca. O nosso muito obrigado!

## Biblioteca ao encontro das IPSS "Leituras e Memórias"

Utentes SCMAT



No início deste ano, no mês de janeiro, as técnicas da Biblioteca Municipal de Nisa trouxeram-nos com o projeto Biblioteca ao encontro das IPSS "Leituras e Memórias" a história da Princesa da Chuva. Foi com muito interesse e entusiasmo que nos reunimos

para escutar esta história que nos evocou para a estação do ano em que nos encontrávamos. Chegamos a 27 de março, dia Mundial do Teatro, as técnicas da Biblioteca, obsequiaram-nos com uma magnífica peça

de Teatro intitulada "Gil Moniz e a ponta do nariz"! que mereceu a simpatia e o aplauso de todos. Obrigada por cativarem os nossos utentes e proporcionarem momentos de convívio e partilha!

# Aqui há NOTÍCIAS

## "Velha é Você!"

Utentes SCMAT



Na contínua procura por momentos de socialização, animação e bem-estar, no dia 24 de janeiro, fomos a Portalegre assistir à comédia musical "Velha é Você!". Uma comédia com foco no público da terceira idade, interpretada por duas reformadas que

se encontram numa estação de correios. Além das peripécias de suas vidas, a comédia contou com vários momentos musicais, lembrando aos nossos idosos as músicas do festival da canção, por exemplo a "Desfolhada" da Simone de Oliveira e o

"Conquistador" dos Da Vinci. Cantámos, rimos, sorrímos e aplaudimos este teatro que muito nos animou. Foi com boa disposição e umas belas gargalhadas que regressamos à Amieira. "Velha é Você!"

## Dia Mundial do Doente

Utentes SCMAT



Assinalámos esta data, 11 de fevereiro, na sexta-feira anterior, com um momento de oração e reflexão sobre o tema deste ano: palavras que Jesus, do alto da cruz, dirige a Maria, sua mãe, e a João: «"Eis o teu filho! (...) Eis a tua mãe!" E, desde aquela hora, o

discípulo acolheu-A como sua» (Jo19, 26-27). Falámos sobre os cuidados e necessidades de um doente! Gestos simples como um sorriso, uma oração, um carinho, uns minutos de atenção e respeito, são atos importantes que devem fazer parte da nossa

forma de viver e de estar na vida. Colorimos este dia com balões amarelos e com mega sorrisos, indispensáveis para aqueles que mais precisam do nosso apoio e carinho.



# Aqui há NOTÍCIAS

## Dia de Compadres

Utentes SCMAT



Quinta-feira de compadres, uma tradição que, além de se festejar a época carnavalesca, fortalece as amizades e interação social entre os compadres. Esta interação e cumplicidade começou uns dias antes com a construção da Comadre. Esta foi feita meticulosamente pelos nossos compadres, que recorrendo a materiais de

baixo custo conseguiram um maravilhoso resultado.

O Sr. Padre Valente, que neste dia celebrou a missa no lar, juntou-se aos compadres para o almoço. E sem avisar, apareceu o compadre "Inácio"! Com o seu belo bigode, andou a rondar as comadres e não é que teve sorte?! Adoraram-no.

A gosto de todos, fizeram parte da ementa deste dia migas de batata com carne frita. Para sobremesa o delicioso arroz doce. Para mais tarde recordar este dia, que por acaso foi de sol, aproveitamos para sair à rua e tirar a fotografia de grupo. Que bem que ficaram os nossos compadres!

## Almoço das Comadres

Utentes SCMAT



Na quinta-feira seguinte, foi a vez das comadres se reunirem e, tal como para os compadres, este dia foi preparado com antecedência. Recorrendo novamente a materiais de baixo custo, construímos o nosso compadre "Zé Maria", que fez muito

sucesso ao lado da comadre "Gertrudes". As comadres tiveram direito a um cozido à Portuguesa e ao tão delicioso arroz doce. Os compadres não passaram despercebidos e trouxeram os chocalhos. Rondaram a nossa mesa, e em tom de brincadeira animaram o

almoço, chocalhando as comadres. Ainda houve quem se agarrasse aos nossos compadres para lhes darem uma boa lição, que, afinal terminou com um bom pezinho de dança! Que maravilha!!

## Festa de Carnaval

Utentes SCMAT



A nossa festa de Carnaval começou logo pela manhã com uma peça de teatro entre dois compadres. Um compadre de Amieira do Tejo (Quintino) e outro de Arez (Calhandro) animaram a nossa manhã com

as atualidades da nossa sociedade, com a ginástica matinal e a música carnavalesca. À tarde, como previsto, tivemos música, um lanche convívio e Karaoke. Foi com folia, alegria e animação que terminou a nossa

tarde de Carnaval.

Um bem-haja a todos os presentes, e aos que se dedicaram e empenharam para proporcionar este dia de festa.

## Dia dos Namorados

Utentes SCMAT



No dia 14 de fevereiro, dia dos namorados ou dia de São Valentim os nossos utentes e alguns colaboradores foram ao consultório do amor. A terapeuta ocupacional dedicou o dia para momentos de carinho, amor e recordações de amores de uma vida. Não trocaram presentes, nem cartas, mas

revelações e recordações de uma vida em comum.

A verdade é que na altura deles não havia "vagar" para estas coisas. Até o namoro era de fugida. Hoje em dia é tudo diferente e, sem esperar exclusivamente por deste dia, acham importante haver momentos em que

se expresse os sentimentos e admiração pela pessoa que se tem ao lado. Por isso a mensagem é que sejamos felizes, celebremos o amor com a cara metade, e que se avivem os bons momentos por aqueles que já cá não estão.



# Aqui há NOTÍCIAS

## “Divertidamente” na SIC!!!

Utentes SCMAT



Chegados a 27 de fevereiro rumámos até Oeiras! Fomos assistir às gravações do programa “Divertidamente” que estreou em março na SIC. Fizemos parte da plateia do concurso de televisão, cujo apresentador é o João Manzarra e os concorrentes, hipnotizados, participaram em jogos para ganharem dinheiro. Os momentos de espera

foram longos, e surpreendeu-nos muito o facto de que 1h de televisão levasse pelo menos 4 h de gravações. Fomos compensados por isso com momentos de pura diversão nos intervalos das gravações, tendo sido obsequiados com um lanchezinho num dos intervalos. Ao início, isto da hipnose suscitou-nos algumas dúvidas, que só ao

longo dos jogos, e agora com o acompanhamento frequente do programa, nos convenceu. Esperamos ansiosamente por todos os domingos para assistir ao programa. Agradecemos o convite, pois os utentes gostaram muito desta experiência.

## Dia Internacional da Mulher

Utentes SCMAT



A ideia de criar o Dia da Mulher surgiu no final do século XIX e início do século XX nos Estados Unidos e na Europa, no contexto das lutas pelo reconhecimento e importância da mulher na sociedade. Milhares de mulheres assinalam este dia com manifestações pela igualdade, respeito e emancipação. Ora nós, assinalámos este dia com uma pequena

lembrança para todas as mulheres da instituição. Pretendemos que este dia não seja meramente festivo e comercial, mas sim assinalado com esmero por todas as conquistas sociais, políticas e económicas das mulheres ao longo dos anos.

Despeço-me com amizade e até amanhã!

## Tempo de Quaresma



Chegados a este tempo, e como já vem sendo apanágio na nossa instituição, começámos com a Via-Sacra. Os utentes acederam de imediato ao nosso convite e viveram intensamente a meditação das 14 estações da Paixão e morte do Senhor. Também aproveitamos a Santa Missa e a disponibilidade do Sr. Padre Jomy para por em prática o sacramento da confissão/reconciliação para os utentes que o solicitassem.



## Dia do Pai

Utentes SCMAT



Também este dia não podia passar despercebido na nossa instituição. Foi grande a azáfama na preparação dos

postais alusivos à data. O empenho, esmero e a dedicação na elaboração dos mesmos foi notório na alegria evidenciada nos seus

rostos. Como não podia deixar de ser, veio à lembrança de todos a missão de ser Pai e Avô.

## Dia Mundial da Atividade Física e da Saúde

Utentes SCMAT



À semelhança das atividades que já são promovidas na área da saúde e da ocupação diária dos utentes na Santa Casa, comemoramos em conjunto o dia Mundial da Atividade Física e da Saúde no dia 9 de abril. Iniciámos logo pela manhã a nossa ação de sensibilização para temas chave na área da saúde que afetam a nossa sociedade através

do rastreio de saúde com a nossa Enfermeira, e a promover a prática de exercício físico com a Terapeuta Ocupacional. Depois disso, a enfermeira voltou a intervir com o tema "Primeiros Socorros", que como o próprio nome indica, são a resposta rápida e inicial a uma emergência. Explicou e demonstrou de

forma prática como atuar em casos de acidente ou emergência, como por exemplo asfixia, desmaio e ataque cardíaco. Informações úteis que nos podem ajudar a salvar uma vida. Foi com boa disposição, interesse e energia que os nossos utentes e colaboradores participaram nas atividades desse dia.



# Aqui há NOTÍCIAS

## Intercâmbio Intergeracional com o ATL de Alpalhão

Utentes SCMAT



Chegados a 28 de março, recebemos no lar da Santa Casa o grupo de crianças do ATL de Alpalhão. Para comemorar esta data festiva da Páscoa, os meninos leram-nos uma história e ainda cantaram umas cantigas ensaiadas pela irmã Carlota que deixou os “avós” encantados.

Participaram numa atividade mais artística, e pintaram os ovos da Páscoa!

Terminamos a nossa tarde com um lanche convívio, onde não faltaram as amêndoas e os doces. Foram momentos maravilhosos de alegria, troca de carinhos e ainda de gestos de solidariedade. Deu gosto ver as crianças partilharem o seu lanchinho com os idosos que retribuíram a partilha com coelhos de amêndoas para os “seus netinhos”. Satisfazendo a curiosidade das crianças

deslocamo-nos de imediato a uma visita ao Castelo da nossa terra, onde aproveitamos para tirar uma fotografia de grupo. Um agradecimento especial à Assistente Social Marlene e à Irmã Carlota que acompanharam as crianças e trouxeram mais alegria e energia a todos nós.

## Adaptação ao Lar

Utentes SCMAT

Testemunho de um utente que entrou para o lar com 92 anos de idade.

“Quando entrei para o lar, vim certa de que era para ficar.

Sem saber bem o que era, apenas por breves palavras do meu filho, aceitei que seria o melhor para mim. Disseram-me: É como se fosse um hospital, de onde não se pode abalar. Aquilo agora é a sua casa! Faz de conta que é uma criança. Tem quem cuide de si e lhe dê comida.

Fui levando as coisas até que neste momento digo que estou muito contente. Tenho onde dormir, onde comer e quem trate de mim...

Agora só tenho o que está aqui. Desfiz-me do que tinha, deixando ao meu filho e sobrinhas. Não preciso de mais nada!

Hoje em dia vê-se tanta desgraça, pessoas que estão nas ruas sem nada, sozinhas... felizmente chegaram estas casas para recolher quem precisa. Naquela altura não havia dinheiro, nem nós sabíamos que existiam estas casas. Para ir ao médico não havia transporte, os meus irmãos é que levavam o meu pai de paviola ao hospital. Não eram todos os médicos que iam a casa. Não é como agora que já existe de tudo.

Aqui não me falta nada, só tenho pena de uma coisa: não ter apetite! Mas já em casa era assim. O meu filho é que insistia para comer. Agora aqui vamos, uns dias melhores, outros piores e há-de ser assim até Deus querer.”

## Dia Internacional dos Monumentos e Sítios

Utentes SCMAT



Aproveitando a oportunidade concedida pelo Município de Marvão, em obsequiar os visitantes com as entradas gratuitas no Museu e no Castelo, deslocámo-nos a essa localidade com os nossos utentes.

Deu gosto ver o interesse manifestado por todos no interior do Museu.

Aproveitando a bela tarde solarenga que se fez sentir nesse dia, fomos visitar o Castelo, Monumento Nacional. Embora este fosse um local conhecido por alguns, ficámos todos deslumbrados pelas magníficas paisagens

que se avistam do alto. O asseio e ornamentação do Castelo e do jardim exterior não passaram despercebidos, sendo que disfrutámos deste último para fazer o nosso lanche. Aproveitámos o regresso para dar uma vista de olhos nas barragens da Apartadura e da Póvoa e, ao passarmos na fonte de Santo António das Areias, refrescámo-nos com a sua belíssima água fresca. Foi um dia tão maravilhoso e tão bonito que passou sem se dar por isso.





# Aqui há NOTÍCIAS

## Aquisição do equipamento INR/ Medidor de Coagulação

Enfermeira Marta Nunes

A Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo, no mês de fevereiro, adquiriu um novo equipamento, um aparelho de avaliação dos valores de INR.

Este aparelho de autocontrolo para fazer a medição da coagulação do sangue é muito vantajoso, pois permite uma maior segurança nas decisões terapêuticas e maior sucesso da terapêutica anticoagulante oral.

As pessoas que usufruem deste equipamento são os doentes hipocoagulados, na qual têm maior tendência para formar coágulos no sangue devido à presença de problemas cardíacos. O doente hipocoagulado para além de saber a causa da necessidade da hipocoagulação, tem de ter outros cuidados tais como:

- Cumprir o esquema terapêutico;
- Fazer regularmente as avaliações;
- Ter cuidado com a alimentação, adaptando

uma dieta, não ingerindo bebidas alcoólicas;

- Tomar a medicação;
- Estar atento quanto aos sinais de alerta e de hemorragia;
- Prevenir quedas e feridas;
- Avisar o médico antes das visitas ao dentista, cirurgias e biópsias.

Esta nova aquisição diminui deslocações a centros médicos e diminui o risco de se desenvolverem crises de ansiedade, pois possuem perto de si um aparelho de avaliação que os mantém informados dos seus valores do INR.

Concluo, referindo que o doente hipocoagulado se encontra apoiado pela SCM de Amieira do Tejo, na qual põe ao seu dispor todas as condições para que o mesmo tenha um ótimo acompanhamento quanto ao seu estado de saúde, apoiado por profissionais de saúde.

## Curso na área das Demências

Vilma Mora

Realizou-se nos dias 12 e 13 de abril o Curso na área das Demências com a Enfermeira Andreia Conde. Formação organizada pela União de Misericórdias que contou com a participação de 8 colaboradores da nossa instituição e 6 colaboradores da Santa Casa da Misericórdia de Gáfete.

Foram dois dias de aprendizagem e aprofundamento sobre esta doença cerebral degenerativa e progressiva que afeta cada vez mais os nossos idosos e utentes.

Muito resumidamente, abordámos os sinais e sintomas que fazem parte desta doença (perda de memória, dificuldade em resolver problemas, desorientação no tempo ou espaço, problemas de linguagem e articulação do discurso), quais os tipos de Demências (Alzheimer, Parkinson, Demência Vasculosa, fronto-temporal e Demência com Corpus de Lewy) e as três fases da demência (ligeira, moderada e avançada). Informações importantes para saber abordar e reagir a situações do quotidiano que vão surgindo com estes utentes, e que agora, nos permitem proceder com mais segurança e confiança.

Esta formação, para além de ser importante e útil a nível profissional, também é muito útil a nível pessoal. Aprendemos a importância da qualidade de vida para estas pessoas, tal como a necessidade de as ajudarmos, independentemente das suas incapacidades. Somos todos diferentes e como tal, temos necessidades distintas. Estamos aqui para lhes proporcionar uma boa qualidade de vida e isso, muitas vezes, consegue-se com pequenas ações como dar a mão e estar simplesmente ao seu lado.

## Assembleia Geral Ordinária

Utentes SCMAT



Realizou-se a Assembleia Geral Ordinária no dia 3 de março de 2018 nas instalações do Lar de Idosos da Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo com início às 14:30 horas e com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Leitura e Aprovação da Ata da reunião da Assembleia Geral anterior.

2. Apresentação, Discussão e Aprovação do Relatório de Atividades e Contas referente ao ano de 2017 no valor de 13 566,20€.

3. Outros assuntos de interesse para a Irmandade, não previstos na respetiva ordem de trabalhos, mas sem poder deliberativo.

Aqui há  
**NOTÍCIAS**

## Aniversários

"A Santa Casa da Misericórdia da Amieira do Tejo deseja aos seus utentes muitos parabéns e muitos anos de vida na nossa companhia..."

### Janeiro

30 – Júlia Falcão

### Fevereiro

03 – José Ricardo de Sousa

21 – Fernanda Costa

23 – Simplicio Cesário

21 – Maria Emília Rosa

23 – Maria Luísa dos Santos Pereira

### Março

19 – Maria João Maia

### Abril

12 – Maria José Batista

16 – Francisco Garção

22 – Maria de Jesus Patrício

22 – Maria Lucina Domingues

27 – Jorge Pires da Rosa

## Assembleia Geral de Misericórdias

Utentes SCMAT

Realizou-se a Assembleia Geral de Misericórdias no dia 14 de março em Fátima.

## Próximas atividades



**Dia de Nossa Senhora das Misericórdias**  
Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo

**Quinta-feira, 31 de maio 2018**

**9:30h**  
Eucaristia na Igreja Matriz pelos Irmãos Vivos e Falecidos

**10:30h**  
Bênção do Estacionamento Automóvel Coberto

**11:00h**  
"A Misericórdia de Amieira do Tejo" Prof. José Dinis Murta

**11:30h**  
Sessão Solene de Homenagem aos Irmãos com mais de 25 anos / Antigos Colaboradores

**12:30h**  
Almoço / Convívio

Inscrições: 5,00  
Misericórdias  
Até 24 maio 2018  
Serviço Administrativo da SCMAT

www.scmamieiradotejo.pt



Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo

**9 junho 2018**

Passeio para sócios  
**Visita à Cidade da Guarda e Santuário Sr<sup>a</sup> da Lapa**

Inscrições:  
Até 1 junho 2018  
Serviço Administrativo da SCMAT

Dia de Nossa Senhora das Misericórdias, quinta-feira, 31 de maio de 2018.

O programa encontra-se no nosso site e rede social Facebook.

Passeio para Sócios à Cidade da Guarda e Santuário de Nossa Sr<sup>a</sup> da Lapa, sábado, 9 de junho de 2018. As inscrições encontram-se abertas até dia 1 de junho..

## Necrologia

"Na fé, podemos-nos consolar um com o outro, sabendo que o Senhor venceu a morte de uma vez por todas. Os nossos entes queridos não desapareceram na escuridão do nada. A esperança nos assegura que eles estão nas mãos boas e fortes de Deus".

Nazaré da Graça Batista – 30 de janeiro 2018

Joaquim Martins – 03 de fevereiro 2018

Manuel Godinho – 12 de março 2018

Raúl Claro Afonso – 15 de março 2018

Rosa Cardoso - 21 de abril 2018

Antónia Reis – 30 de abril 2018

Os nossos sentimentos pêsames a todos os familiares e amigos.



Podem-nos acompanhar também através do nosso facebook.

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



# Aqui há NOTÍCIAS

BOLETIM INFORMATIVO TRIMESTRAL | N.º 009 | 2018

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:** Ana Raquel Esteves Galucho Varela  
**Idade:** 31 anos  
**Naturalidade:** Nisa

### Anos de serviço:

Cinco anos. Comecei por, em 2012, substituir uma colaboradora durante um mês e meio e ficou a expectativa de quando abrisse a 2ª fase do lar voltar a trabalhar na instituição. Assim foi, após uns meses fui chamada para integrar a equipa da Santa Casa, até agora.

### Qual a sua categoria profissional atual?

Neste momento tenho a categoria de Ajudante de Lar e Centro de Dia, mas como colaboradora de Serviços Gerais, já passei por todas as tarefas que envolvem limpeza e arrumação das instalações, apoio domiciliário, cozinha, transporte dos utentes e higiene e conforto dos mesmos.

### Gosta do trabalho que desempenha?

Sim! Comecei a desempenhar funções logo no primeiro dia, e confesso, pensei que não ia aguentar. Após uns dias e com o apoio dos meus colegas, decidi continuar e dedicar-me à oportunidade que me foi dada. Sou uma pessoa extrovertida, e além da boa relação com os colegas, estabeleci uma relação de confiança e respeito mútuo com os utentes, que me permite fazer muitas brincadeiras e "arrancar" o sorriso de muitos deles. Acho importante que se crie um ambiente de proximidade e bem-estar com e entre os utentes. Além da motivação ser outra, tornar o trabalho mais produtivo.

### Já teve outros tipos de Trabalho?

O meu primeiro trabalho, com 17 anos, foi numa padaria. Gostei muito. Depois disso, tive vários trabalhos. Trabalhei em lares e

centros de dia, mas nunca diretamente com os utentes. Quando vim para a Santa Casa da Misericórdia de Amieira do Tejo aprendi muito com as minhas colegas, que prontamente me ajudaram, e com o tempo fui adquirindo competências que só se obtém com a experiência.

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

Espero que os utentes continuem a confiar no meu trabalho. Que apesar das suas vulnerabilidades, perdas afetivas e do baixo sentido de eficácia não baixem os braços. Devem ser mais unidos. Olhar uns pelos outros, e tornar os seus dias mais risonhos. Encontram aqui as condições necessárias para se sentirem seguros e respeitados. Quanto às colegas, é importante que se trabalhe em equipa e que o espírito seja de entreajuda.

Gosto muito da Instituição onde trabalho e considero que a confiança, respeito e



imediação com os órgãos da direção foram e são o grande motivo de continuar a querer melhorar enquanto profissional. Para isso, confio e conto com possíveis mudanças organizacionais que aumentem a qualidade e eficácia dos serviços prestados aos nossos utentes.

## Novos Desafios

Através da palavra **TERAPEUTA**, descubra as palavras de 1 a 9 preenchendo os quadrados em branco a partir da descrição seguinte:

- 1- Prática de uma série de movimentos que envolvem força, flexibilidade, coordenação e resistência.
- 2- Nome da Terapeuta Ocupacional da Instituição.
- 3- Entoar a letra de uma música.
- 4- Andar a pé.
- 5- Colorir um desenho.
- 6- Arte visual de representar algo através de diversas ferramentas ou métodos. Geralmente realizado a lápis, caneta e/ou grafite.
- 7- Atividade em que as pessoas se envolvem na sua vida diária de modo a preencher o seu tempo e a dar significado à vida.
- 8- Procurar promover as capacidades físicas e mentais.
- 9- Ajudar numa tarefa.

