

BOLETIM MENSAL

Número 189 – abril 2024

Lar de São José
Instituição Particular de Solidariedade Social

ATIVIDADES DE MARÇO



Comemorámos no dia 8, o “Dia Internacional da Mulher”. Foram feitos cartazes e partilharam-se histórias e poemas de mulheres. Também se falou da evolução da mulher ao longo dos tempos, tudo o que mudou na política e vida social.

Dia 12 pela tarde, tivemos uma **sessão de cinema** na sala de convívio do bar. Os adeptos da Sétima Arte assistiram muito divertidos ao filme “Pátio das Cantigas”, acompanhados de doces pipocas.



O Lar de São José e com a participação de residentes, colaborou mais um ano, com o Hospital Pêro da Covilhã, com um arranjo feito em papel crepom. “Sentir a Primavera” é o tema da exposição.



O grupo de estudantes “Happy Wish”, pela tarde do dia 14 realizou mais uma atividade com os residentes na sala de convívio do bar. O tema foi “Salão de Jogos”. Os utentes gostaram muito.



O Dia do Pai foi festejado no Lar de S. José no dia 19. Tivemos a celebração da Missa na capela do Lar, pelo Sr. Padre Rafael Mourão, os cânticos ficaram a cargo do Dr. Francisco e Dr. Pedro. Dezenas de residentes assistiram à celebração da missa.



Durante o lanche, no refeitório e salas, foram dadas lembranças a todos os homens, com animação do acordeonista Sérgio. Foi uma tarde diferente e todos gostaram. Os utentes do SAD também receberam lembranças neste dia.



O Município da Covilhã pediu a colaboração do Lar de São José na elaboração de flores, para os 50 anos do 25 de Abril. Os residentes muito bem-dispostos começaram a trabalhar, e gostaram muito do resultado final.



No dia 21, “Dia Mundial da Árvore”, decorámos uma árvore para a portaria, com o nome de todos os residentes do Lar. No jardim, alguns utentes plantaram um “damasqueiro”. Falámos dos cuidados a ter com as árvores e a sua importância.



O lanche dos aniversariantes do mês, realizou-se no dia 25, com bolo de aniversário em grande convívio e boa disposição.



Nesta Edição:

Mensagem do Vice-Presidente	1
Atividades de Março	1
Aniversariantes de Abril	2
Programação de Abril	2
Entrevista ao Sr. Américo Guerrinha	2

Mensagem do Vice Presidente

AS TRADIÇÕES SUA FORÇA/FRAQUEZA

Nas Tradições, orais ou escritas, houve e continua a haver, **uma Força** ou **Fraqueza**, quando se trata de realizar manifestações religiosas ou comemorar datas de **extraordinários** acontecimentos na vida das Sociedades. Para motivar as pessoas, afirma-se que é “por força” da Tradição ou que “é já tempo de acabar com isso”. Acontece que, sem cuidar de saber o espírito que fundamenta a realização do evento, decide-se pela **Força** do saber ou pela ignorância da **Fraqueza**, conforme o sentir e a vivência do que é da Tradição. Nas múltiplas Comunidades Cristãs do nosso País, nas Cerimónias da PÁSCOA, o número de fiéis tem vindo a diminuir e as Visitas Pascais, de casa em casa, levando a mensagem da Ressurreição, “**Cristo ressuscitou, aleluia, aleluia**”, em alguns lugares, Compasso, tem vindo de modo evidente, a perder **Força** nas Comunidades. Podem ser muitos os motivos que provocam tal **Fraqueza**, crescente, a vontade das pessoas, a diáspora, a mobilidade territorial, a oportunidade de usufruir de alguns dias de férias, mas se prevalecer o sentido e o espírito da Festa que é a Páscoa, talvez fosse outro o procedimento. Se aquilo que é feito não tiver o **autêntico “cunho”** que dê **mais Força** que só a da Tradição, tende a desaparecer com a mudança de hábitos e costumes. Acontecerá, se é que já não acontece, com as comemorações dos dias mais importantes da vida das Sociedades. Neste mês, haverá as oficiais comemorações devidas ao 25 de Abril/74. Se não existir, dentro de cada cidadão, verdadeiro espírito de Liberdade e de Fraternidade sentidos, vividos e experimentados por muitos milhões de pessoas, o entusiasmo e a felicidade das multidões que se manifestaram nas ruas, tal celebração não terá a **Força** que lhe é devida, apenas a **Fraqueza** de uma Tradição. Numa Sociedade livre deve haver sempre muita **FORÇA NAS CONVICÇÕES. NUNCA FRAQUEZA NAS MANIFESTAÇÕES. ABRIL FELIZ.**

José Branco Barata



Programação de Abril

Feliz Aniversário

- 01- José Dias da Silva, 76 anos
- 03- Delminda Rocha Lopes, 90 anos
- 06- Maria da Conceição N. dos Santos, 94 anos
- 11- Maria José Correia de Matos, 83 anos
- 15- Francisco de Jesus Franco, 89 anos
- 15- Herminio Carlos Ramos, 93 anos
- 22- Manuel João Loureiro Antunes, 78 anos
- 25- Maria Jesus de Matos Inácio, 86 anos
- 26- Rosa dos Santos Lourenço, 91 anos



Atividades Agendadas

- 06- Dia Mundial da Atividade Física
- 13- Dia Mundial da Voz
- 21- Dia Mundial da Criatividade
- 23- Dia Mundial do Livro
- 25- Comemoração dos 50 anos do 25 de Abril
- 29- Dia Mundial da Dança (baile na sala de convívio do bar)
- 29- Missa mensal e lanche dos aniversariantes do mês

Atividades Regulares

- Atelier de beleza, de Costura e de culinária
- Ginástica, Jogos na sala de convívio e Canto Coral
- Trabalhos Manuais
- Sessão de Cinema
- Atividades de Estimulação Cognitiva na sala de convívio do bar e enfermarias (Psicologia)
- Classe de Movimento (Enfermarias)
- Ginástica na UBI
- Tertúlia Semanal

ENTREVISTA AO SR. AMÉRICO GUERRINHA

Pela Psicóloga Dra. Andreia Sousa, pela Animadora Graça Aguilar e colaboradora Ana Paula

Como se chama? E que idade tem?

Américo dos Santos Guerrinha. Tenho 89 e nasci no dia 14 de dezembro de 1935.

Qual a sua terra natal?

Sou de Valhelhas, distrito da Guarda.

Qual o seu estado civil?

Fui casado...e com uma mulher.

Quantos filhos tem? E netos?

Tenho 4 filhos. 1 rapaz e 3 raparigas. Também tenho netos, acho que são 3, não tenho bem a certeza, mas são das minhas filhas.

Andou na escola?

Andei na escola dos adultos, à noite. Quando era pequeno, andei na escola pouco tempo, porque o meu pai fazia-me andar com ele no carvão. Eu juntava as "torgas", espécie de raízes.

Qual foi a sua profissão?

Comecei a trabalhar com 9-10 anos a ceifar pão, até aos meus 23 anos, fazia Caria e Videmonte ia com meu tio. Depois casei-me fui trabalhar como guarda fios, para a floresta.

Mais tarde é que fui trabalhar nos serviços municipalizados como electricista. Era muito dedicado, trabalhei lá muitos anos. Depois da reforma fiz voluntariado no Hospital Cova da Beira, sempre fui um homem pequeno, mas muito dedicado ao trabalho.

Gostava do trabalho que fazia?

O que eu mais gostei foi ceifar o pão, ia para Caria gostava de ceifar e atar o pão. Notavam logo quando não era eu que o fazia, porque era preciso uma técnica, e o que eu fazia era bem feito. Ganhava-se muito dinheiro.

Há quanto tempo está no Lar?

Estou no Lar fez este mês, 5 meses.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

Como fiquei viúvo, para não ficar sozinho e também por problemas de saúde, decidi com os meus filhos que vinha para o Lar.

E gosta de estar no Lar?

Sim gosto. Gosto muito das funcionárias, de como nos tratam, tenho muito respeito e consideração.

Como passa os seus dias no Lar?

Vejo televisão, estou na sala de convívio com outros utentes e também já participei nas atividades da animação.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Tenho muitas visitas das minhas filhas e do genro, vêm muitas vezes.

