

Boletim Lar de São José Mensal

Instituição Particular de Solidariedade Social

A SERVIR A COMUNIDADE DESDE 1900

ATIVIDADES DE MARÇO

MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE

LIVRES sem MEDOS

Estamos ainda a viver o Espírito Pascal. Por isso, esta Mensagem é de esperança. Talvez muitos só se lembrem das mini-férias, do sabor das iguarias da Páscoa e não saibam que se trata da maior festa dos Cristãos, a Ressurreição de Jesus que venceu a morte e nos libertou de todos os medos. Estamos a viver dias de inquietação, de medos e de desconfiança generalizada. Ouvimos dizer que não estamos seguros em lado nenhum. Mas Jesus, ressuscitado, garante tranquilidade e a verdadeira paz aos seus discípulos "NÃO TE MAIS" e "A PAZ ESTEJA CONVOSCO". Portanto, não podem intimidar-nos as guerras que originam a fuga de milhões de pessoas nem as ameaças de atentados, devendo ser "simples como as pombas e prudentes como as serpentes". Neste mês, vamos festejar a revolução do 25 de Abril, com a qual os militares ganharam a Liberdade para o Povo Português. Nesse dia, desapareceu o medo da livre expressão das ideias e nasceu a alegria de podermos gritar, somos livres sem medos.

José Branco Barata

Pela tarde do dia 8, o Centro de Atividades do Sporting foi palco de muita animação, para festejar o **Dia Internacional da Mulher**. O Lar de São José esteve presente com 16 residentes e duas acompanhantes, que assistiram às atuações de Tunas da U.B.I. A animação terminou com a humorista Paula Pabone. Alguns utentes puderam ainda conversar com amigos e conhecidos de outras instituições ali presentes. Foi uma tarde diferente, de alegria e boa disposição, que todos aplaudiram.

No passado dia 11, a **RTP1** realizou, no Lar de São José, uma reportagem sobre uma investigação pioneira em Portugal no âmbito do programa **+Ativo|Vida+** destinado aos idosos e levado a cabo pelo departamento de **Ciências do Desporto da U.B.I.** Esta reportagem deu a conhecer um pouco daquilo que os nossos utentes realizam em 2 sessões semanais sobre a orientação dos estudantes. Foi uma manhã animada para todos.



No dia 19, comemorou-se o **Dia do Pai**, com as atuações, no Lar de São José, do grupo de cantares "A Lã e a Neve" e da tuna "Já b'UBI & Tokuskopus". Enquanto o grupo "A Lã e a Neve" atuava no refeitório, onde, entre cantigas e danças, os utentes, alguns funcionários e vistas permaneciam em grande convívio, a tuna, percorria a Instituição, levando muita alegria e animação aos utentes menos autónomos. No final os estudantes atuaram no refeitório. A tarde terminou, como já é habitual, com um lanche oferecido aos artistas. Durante as atuações foram distribuídas flores a todos os

residentes (homens). Aos utentes do SAD foi igualmente oferecida uma flor.

Comemorou-se o **Dia da Árvore**, no dia 22, plantando mais uma árvore no jardim do lar. A adesão dos residentes foi grande, alguns participaram na plantação e rega, outros limitaram-se a assistir. Todos gostaram e reviveram tempos de outrora.



CAÇA AOS OVOS DA PÁSCOA

Pela tarde do dia 24, dezenas de residentes deslocaram-se até ao jardim para participarem na caça aos ovos e coelho da Páscoa. A alegria e o entusiasmo dos residentes, para encontrarem o máximo de ovinhos foi grande. Alguns mais dependentes foram ajudados por colaboradores a encontrar o seu docinho. A descoberta do coelho mereceu uma salva de palmas de todos. No final foram também distribuídos ovinhos aos residentes de todas as salas e enfermarias.



NESTA EDIÇÃO:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Março	1
Em destaque: Caça aos ovos da Páscoa	1
Aniversariantes do Mês	2
Actividades do Mês	2
Entrevista do Mês	2

Aniversariantes do Mês

- 01 Filomena S Bernardo Dias, 81
- 01 M^ª Amélia Carrasco e Cruz, 82
- 04 Alberto de Almeida Gomes, 70
- 04 António José Santos Teodósio, 83
- 06 M^ª da Conceição N dos Santos, 86
- 11 M^ª José Correia de Matos, 75
- 12 M^ª Cândida dos Santos, 96
- 12 M^ª Helena de Matos País, 82
- 15 Hermínio Carlos Ramos, 85
- 15 M^ª José Fernandes Martins, 106
- 15 M^ª Manuela de Jesus, 88
- 19 M^ª da Conceição A Mendes, 70
- 22 Manuel João Loureiro Antunes, 70
- 24 M^ª do Céu Faria, 87



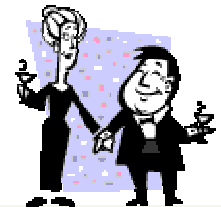
Atividades do Mês

Agendadas:

- Tardes de cinema: 06 (O miúdo da Bica), 13 (Desfile de moda no Lar de São José em 2008), 20 (Funeral à chuva), 27 (Atuação dos utentes no "Bolinha de Neve" e batismo de voo),
- 05 Visita ao hospital para a exposição "Sentir a Primavera"
- 07 Comemoração do Dia da Saúde: aula de ginástica e lanche no pavilhão gimnodesportivo da U.B.I.
- 26 Missa dos aniversariantes do mês

Regulares:

- Eucaristia semanal aberta à comunidade (às quintas-feiras pelas 10h)
- Passeios pela Covilhã (Serra Shopping, Floresta, Jardins, etc.)
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio
- Trabalhos manuais



ENTREVISTA DO MÊS A BENVINDA NOGUEIRA PAES

por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilár

Como se chama?

Benvinda Nogueira Paes.

Qual a sua idade?

Fiz 88 anos em Outubro.

Qual o seu estado civil?

Sou viúva. O meu marido faleceu aqui no Lar.

De que terra é?

Atalaia, Teixoso.

Quantos filhos tem? E netos?

Tenho dois filhos. Tenho duas netas e um neto, e três bisnetos.

Qual foi a sua profissão?

Comecei a guardar gado logo aos 5 ou 6 anos, não fui à escola. Depois de casada trabalhei sempre no campo, a sachar, cavar, semear. Tínhamos batatas, cebolas e de tudo um pouco. Alguma terra era nossa, outra de renda. Era quase tudo para gasto de casa, pouco ou nada se vendia. Às vezes

juntávamos um grupo e íamos mondar para as quintas da Covilhã, para ganhar algum dinheiro. Reformei-me por invalidez devia ter uns 40 anos. Depois disso, quando podia trabalhava para ajudar o meu marido, quando não podia não trabalhava.

Gostava do trabalho que fazia?

Gostava, foi o que fiz toda a minha vida.

Há quanto tempo está no Lar?

Faz três anos para Agosto.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

Estava no Lar de Sortelha com o meu marido e gostava de lá estar, mas era muito longe e por isso quisemos vir para aqui, por ser mais perto. Na altura fomos para o Lar porque estávamos os dois sozinhos e tínhamos medo dos assaltos.

E gosta de estar no Lar?

Gosto, se não gostasse de cá estar ia-me embora.

Como passa os seus dias no Lar?

Gosto de ir ao jardim, nas atividades não costumo participar.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Vêm cá os meus filhos quando podem, e às vezes os netos.

