



BOLETIM MENSAL

Número 131 - Abril 2019

ATIVIDADES DE MARÇO

O Lar de São José participou, no dia 1, pelo 7º ano consecutivo, no desfile do "Carnaval da Neve". Pelas 10h da manhã, vários infantários, escolas e dois lares de idosos do concelho saíram do Campo das Festas até à Praça do Município. A nossa Instituição participou com 34 pessoas, levando um carro alegórico alusivo à temática deste ano - "A comunicação". O grupo vestiu-se a rigor e representou Os Ardinás, pessoas que outrora vendiam jornais e revistas pelas ruas da cidade. Os idosos desfilaram alegres e divertidos, cantando e dizendo alguns pregões dos Ardinás. Não faltaram elogios nem sorrisos por parte do público. No dia 4, continuámos com a diversão do Carnaval. Após o **Baile de máscaras**, na sala de convívio do Bar, fizemos um desfile por todas as salas da Instituição. Foi uma tarde alegre que animou todos os presentes.



Lar de São José
Instituição Particular de Solidariedade Social

No **Dia Internacional da Mulher**, na parte da manhã, contámos histórias alusivas à problemática das Mulheres. Pela tarde, estiveram no lar 4 alunas da Escola Secundária da Quinta das Palmeiras para interagirem com os residentes.

Jovens voluntários da UBI - HappyWish - fizeram, no dia 14, o primeiro contacto com a Instituição. Este grupo irá desenvolver algumas atividades com os utentes que visam promover a intergeracionalidade.

Para celebrar o dia 19 de Março, **Dia do Pai**, na hora do almoço foram distribuídas lembranças a todos os homens residentes, quer os da ERPI quer os do SAD. Para abrilhantar a tarde deste dia tão especial, contámos com a atuação da Tuna da UBI, Já b'UBI & Tokuskopus. A atuação começou no refeitório à hora do lanche, divertindo todos os residentes, funcionários e visitantes com as suas músicas académicas, seguindo depois para as salas do 1º e 2º pisos. A Tuna levou muita alegria e boa disposição aos menos autónomos que bem-dispostos e divertidos aplaudiam. No final foi oferecido um lanche à Tuna, como forma de agradecimento.



No dia 21, **Dia da Árvore**, alguns utentes plantaram, no jardim da Instituição, uma macieira, sob o olhar atento de outros. No final falámos dos benefícios e cuidados a ter com a floresta.

Todas as quartas-feiras, pelas 13h, retomamos as **Sessões de Cinema**, sempre acompanhadas das saborosas pipocas.

A utente D. Conceição Custódia fez 2 lindos **arranjos florais** para representar o Lar de São José na exposição "Sentir a Primavera" no Hospital Pêro da Covilhã. No dia 29 fomos visitar esta **exposição** para admirar os diversos trabalhos expostos.

No dia 22, um grupo de 8 residentes foi até ao **Serra Shopping** passear. Neste mesmo dia, no **Atelier de cozinha**, foi confeccionado um bolo.



Nesta Edição:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Março	1
Aniversariantes de Abril	2
Programação de Abril	2
Entrevista a Carmo Domingues	2

Mensagem do Vice Presidente

FESTAS DA PÁSCOA



Dlim Dlão , Dlim Dlão...

Dlim Dlão , Dlim Dlão...

Cristo
RESSUSCITOU

Aleluia, Aleluia, Aleluia

Cristo
venceu a
morte

Aleluia, Aleluia, Aleluia

FELIZ PÁSCOA!



José Branco Barata



Feliz Aniversário

- 03 – Delminda Rocha Lopes, 85
- 04 – Alberto de Almeida Gomes, 73
- 06 – Maria da Conceição Neves dos Santos, 89
- 06 – Maria da Natividade R. da Silva Cascais, 93
- 11 – Maria José Correia de Matos, 78
- 15 – Francisco de Jesus Franco, 84
- 15 – Hermínio Carlos Ramos, 88
- 16 – Maria da Piedade Jesus Carrilho Candeias, 74
- 22 – Manuel João Loureiro Antunes, 73
- 25 – Maria de Jesus Matos Inácio, 81



Programação de Abril

Atividades Agendadas

- 03 – Participação em atividades na Escola do Canhoso a convite de alunas da Escola Quinta das Palmeiras
- 05 – Comemoração do Dia Mundial do Desporto - Vinda dos membros da Associação *HappyWish*
- 08 – Missa - tempo da Quaresma
- 18 – Realização de uma atividade sobre Ciência por alunos do curso de Ciências Biomédicas da UBI
- 23 – Comemoração do Dia Mundial da Leitura (manhã)
Caça aos ovos no jardim da Instituição e jogos nas salas, com oferta de ovinhos e coelhos de chocolate (tarde)
- 29 – Comemoração do Dia Mundial da Dança
Missa dos aniversariantes do mês

Atividades Regulares

- Sessão de cinema todas as quartas-feiras pelas 13h na sala de convívio do bar
- Passeios ao Serra *Shopping*
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio
- Trabalhos manuais

ENTREVISTA A MARIA DO CARMO DOMINGUES

Por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

Como se chama?

Maria do Carmo Domingues.

Qual a sua idade?

Vou fazer 80 anos no dia 08 de outubro.

Qual o seu estado civil?

Divorciada.

De que terra é?

Nasci em Trancoso, freguesia de Santa Maria Maior. Mas desde os dois meses que estou na Covilhã, sempre cá vivi.

Quem são os seus familiares mais próximos?

Não tive filhos, mas criei um sobrinho desde os três meses, é como um filho para mim. Os meus irmãos já faleceram todos, éramos oito. Sobrinhos tenho trinta e tal, mas há sete com que me dou mais.

Qual foi a sua profissão?

Comecei a trabalhar com 14 anos, nunca andei na escola. Primeiro puseram-me a servir, a seguir fui para a fábrica Alçada. Depois mudou de nome, mas eu sempre lá

trabalhei, aí uns trinta anos. Depois de me reformar fui para a Escola Campos Melo, estive lá oito anos, fazia limpezas no infantário. Também ia dois dias por semana a casa de umas pessoas de família, lavava escadas, fiz limpezas na Capela de São João de Malta. E ajudei a criar cinco filhos à minha madrinha. Fiz muita coisa, trabalhei muito, muito.

Gostava do trabalho que fazia?

Tinha que gostar. Na fábrica gostei muito de estar, comecei a ganhar melhor e sentia-me bem.

Há quanto tempo está no Lar?

Faz dois anos no dia 02 de outubro.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

Decidi que era o melhor para mim. Os meus sobrinhos queriam-me ao pé deles, mas eu queria deixar-lhes a vida desocupada. Não os queria sobrecarregar. Ainda estive meio ano no Centro de Dia da Vila do Carvalho. Gostava muito de lá estar, mas eu queria vir para o Lar. O meu pai e a minha mãe morreram aqui, por isso queria vir para aqui.

Estou muito contente, todos me estimam.

E gosta de estar no Lar?

Se gosto! Gosto de tudo e do pessoal todo. Não posso ouvir dizer mal. Eu vim para cá de vontade, ninguém me cá meteu.

Como passa os seus dias no Lar?

Passo o dia com as colegas na sala, ou no quarto. Vou à fisioterapia, à ginástica, aos ensaios. O tempo não custa a passar. Já fui também em alguns passeios, ao Fundão, à Floresta, ao shopping.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim, dos meus sobrinhos e sobrinhas, da minha madrinha e de algumas vizinhas.

