

## ATIVIDADES DE JULHO

Pela tarde do dia 3 demos início aos passeios às **Terras de Origem**, com uma ida ao **Teixoso e Canhoso** onde participaram 8 residentes acompanhados pela animadora. Para além de visitarmos o centro das vilas, as igrejas e os jardins, fomos também ao Santuário da Nossa Senhora do Carmo. Os residentes mostraram-se satisfeitos pela tarde que tiveram e muito contentes por terem *falado com alguns familiares e amigos* que se encontravam na vila do Teixoso.



No dia 5, durante a tarde, foram apresentadas as **Marchas Populares** no jardim da Instituição. Participaram 16 residentes e 3 colaboradoras. Com os arcos enfeitados e vestidos a rigor os participantes cantaram e fizeram duas coreografias, em grande animação e muita alegria para todos os presentes. Seguiram depois para o 1º e 2º piso, *levando aos mais dependentes boa disposição, alegria e muita cor.*



Retomámos em julho, nos dias 12 e 17, os passeios ao **Parque de Merendas**, nos quais participaram 18 residentes, alguns com mobilidade reduzida. Após o passeio pelo parque fizemos diversos jogos e divertimo-nos nos baloiços. Regressaram ao Lar muito satisfeitos pelo dia diferente que tiveram e mostraram o desejo de lá voltar.

Durante este mês foram realizados três passeios à **Praia Fluvial de Valhelhas**, nos dias 4, 13 e 19, onde participaram um total de 39 residentes acompanhados por colaboradores. Como habitualmente, passeámos ao longo da praia. Os residentes desfrutaram da bela paisagem e de todo o meio envolvente, alguns pela primeira vez. À sombra das árvores gigantescas fizemos alguns jogos até à hora do delicioso almoço. Após o café na esplanada do parque continuámos a jogar às cartas, dominó, bola e malha, enquanto alguns residentes optaram por descansar nas mantas. Após o lanche regressámos ao Lar. *A boa disposição esteve sempre presente ao longo dos três dias*, e todos mostraram muita vontade de regressar.



No dia 28, na comemoração do **“Dia dos Avós”**, o grupo **“Acordeonistas do Zêzere”** veio à Instituição para animar todos os residentes. Após a atuação no refeitório, andaram pelas enfermarias, levando música, alegria e muitos sorrisos. A tarde terminou no jardim, onde os residentes dançaram e cantaram ao som das concertinas. O Lar ofereceu o lanche aos artistas.

No dia 30, a celebração da **Missa dos aniversariantes** teve lugar no jardim da Instituição, espaço muito agradável onde dezenas de utentes, muitos dos quais dependentes, participaram com grande satisfação na Eucaristia. Seguiu-se um lanche com bolo de anos para os aniversariantes. Foi celebrante o Sr. Padre Rafael que festejou, nesse dia, 57 anos de sacerdócio.

### Nesta Edição:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Julho	1
Aniversariantes de Agosto	2
Programação de Agosto	2
Entrevista a José Nunes Inácio	2

### Mensagem do Vice Presidente

Emigrar, custa, regressar, assusta

Olá, Emigrantes. Em maior número, no verão, os Emigrantes viajam até à sua terra natal para as férias tão ambicionadas com a família alargada. As saudades desfazem-se com os abraços. Os familiares e os conterrâneos recordam os anos da infância. É tempo de descanso, mas é também tempo de ajudar nas festas e arraiais da terra natal. O fenómeno das Migrações exige novos estudos sociais, políticos, económicos e religiosos que ensinem os Povos a serem acolhedores e mais tolerantes. Emigrar é sinal de muita coragem e as saudades sufocam a alma. Custa enfrentar o desconhecido e assusta a intenção do regresso. A maior parte dos Emigrantes, em cada ano, alimenta a ideia do regresso definitivo à Pátria. Porém, muitos assustam-se com o que se passa na Saúde, na Segurança, na Educação, na Banca, no Apoio aos mais velhos, na burocracia do Estado, no despovoamento do Interior, nos incêndios, etc. Portugal tem milhões de pessoas na diáspora, mas quantos corajosos vão querer regressar? Saúde e Coragem.

José Branco Barata



## Feliz Aniversário

06 – Maria Luísa Marques Oliveira, 88  
09 – Maria da Carmo Salvado Pires, 85  
12 – Aníbal de Oliveira Lucas, 55  
15 – António da Fonseca dos Santos, 88  
16 – Adelino Afonso Tanganho, 76  
26 – Ester de Jesus Duarte Menino, 83  
26 - Maria Martins Abrantes, 83  
27 – António José Matos Freches, 64  
31 – José Fernando da G. Bordadágua, 82

## Programação de Agosto

### Atividades Agendadas

- 07 – Passeios à Terra de Origem - Refúgio e Boidobra
- 08 – Manhã no Parque de Merendas da Covilhã
- 10 e 11 – Passeios à Feira Medieval de Belmonte
- 21 – Passeios à Terra de Origem - Unhais da Serra
- 23 – Tarde no Parque de Merendas da Covilhã
- 27 – Missa dos aniversariantes no mês
- 28 – Passeios à Terra de Origem - Erada e Paúl

### Atividades Regulares

- Eucaristia semanal aberta à comunidade (às quintas-feiras pelas 10h)
- Atelier de Culinária (penúltima quarta-feira do mês na copa do 1º piso)
- Passeios pela Covilhã (Serra Shopping, parques/ jardins, etc)
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio e/ou jardim

## ENTREVISTA A JOSÉ NUNES INÁCIO

Por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilár

### Como se chama?

José Nunes Inácio.

### Qual a sua idade?

Nasci em 1933, no mês de abril [85 anos].

### Qual o seu estado civil?

Sou viúvo.

### De que terra é?

Sou da Atalaia, Teixoso. Sempre lá vivi.

### Quantos filhos tem? E netos?

Tenho seis filhos, dois rapazes e quatro raparigas. Netos tenho seis.

### Qual foi a sua profissão?

Comecei a trabalhar aos 10 anos. Andei na escola, mas depois os meus pais tiraram-me de lá para ir a guardar gado. Aos 18 anos fui para Lisboa, a trabalhar para as obras. Era canteiro, punha as pedras e os mármore nas janelas. Estive três anos em Lisboa e depois voltei para a terra.

Passei a guardar gado, mas depois o meu pai vendeu os animais e voltei a trabalhar nas obras, no mesmo ofício. Reformei-me aos 55 anos, porque tive um acidente no trabalho e já não fiquei bem.

### Gostava do trabalho que fazia?

Gostava, o que mais me custou foi aprender. Depois corria tudo sem problemas, o meu ordenado era sempre de primeira.

### Há quanto tempo está no Lar?

Há quase um ano.

### Porque é que decidiu vir para o Lar?

Andava aos meses em casa dos filhos, mas eles todos trabalham e então vim para o Lar.

### E gosta de estar no Lar?

Gosto. Tratam-me cá bem e não me falta nada.

### Como passa os seus dias no Lar?

Vou até à sala ou estou no quarto. E às vezes vou ao jardim para andar um bocado. Também já fui em passeios a Fátima e ao rio de Valhelhas.

### Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Vêm cá os filhos todos os domingos, ou uns ou outros. Mas tenho sempre visitas.

