

## ATIVIDADES DE JANEIRO

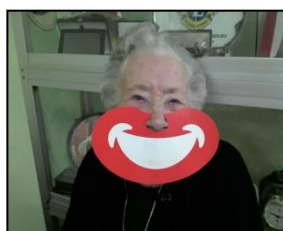
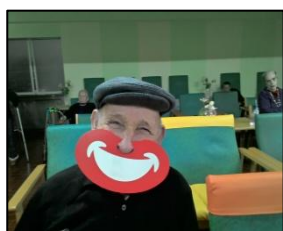
No dia 3, a convite do **Centro de Atividades**, oito residentes puderam desfrutar de uma tarde musical no Centro Comercial do Sporting. A animação esteve a cargo do Grupo Coral “O Caio”, e de um guitarrista. A animação terminou com um momento de poesia. Os nossos utentes mostraram-se muito bem-dispostos pela tarde que tiveram.



No dia 6, “**Dia de Reis**” o Lar de São José foi palco de muita animação pelo grupo “Concertinas do Zêzere” que encheram a instituição de muita música e alegria. Começaram a atuação no refeitório à hora do lanche, levando muitos utentes a dançar e bater palmas muito divertidos. Continuaram a tocar as suas músicas populares até às salas do 1º e 2º piso, levando junto dos menos autónomos muita alegria e boa disposição. No final da atuação foi oferecido aos visitantes um lanche, como forma de agradecimento.



No dia 16 vieram ao Lar 4 **alunas do curso de Medicina da UBI** para interagir com os nossos residentes na sala de convívio. No final os utentes mostraram-se satisfeitos e cantaram-lhes uma música.



Festejámos no dia 18 o **Dia Internacional do Riso**, na sala de convívio do Bar. Partilhámos diversas adivinhas e anedotas que fizeram soltar imensos risos e gargalhadas a muitos residentes.

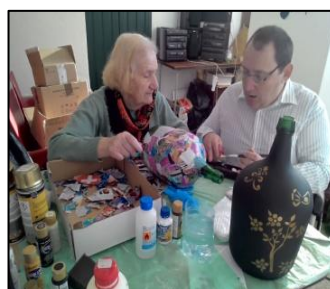
Realizámos no dia 23 mais um **Atelier de cozinha**, que teve a participação de 4 residentes. Nessa tarde foi confeccionado um bolo de iogurte. Foi notória a alegria que demonstraram a preparar o bolo enquanto recordavam os tempos de outrora. Depois de cozido, todos comeram o bolo, que estava delicioso.



A fim de celebrar o **Dia Mundial do Puzzle**, no dia 29 iniciámos a construção de um puzzle com 1000 peças. Alguns idosos muito entusiasmados empenharam-se na montagem do puzzle ao longo de 4 dias com a colaboração de alguns funcionários. Todos ficaram muito satisfeitos com o resultado final.



Ao longo deste mês vários **trabalhos manuais** foram realizados com a colaboração dos nossos utentes. Os mesmos encontram-se em exposição no 1º piso junto ao bar.



## Nesta Edição:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Janeiro	1
Aniversariantes de Fevereiro	2
Programação de Fevereiro	2
Entrevista a Maria Lourenço	2

## Mensagem do Vice Presidente



**PARABÉNS,**  
Lar de São José

O Lar de São José, no mês de Fevereiro, mais precisamente, no dia 12, conta 119 anos ao serviço da Comunidade. A Instituição começou a acolher as pessoas mais pobres e abandonadas no ano de 1900 e, devido aos serviços prestados, apelidaram o edifício de Albergue dos inválidos do trabalho e Albergue dos Pobres. Dois anos depois, já albergava quase meia centena de pessoas, sobretudo ligadas à Indústria de Lanifícios. Até à implantação da República, cuidaram dos inválidos do trabalho e dos mais pobres da Comunidade as Religiosas da Congregação das Irmãs Pobres e, de 1927 a 1985, as Irmãs Franciscanas da Imaculada Conceição. O nome que a Instituição tem hoje, foi sugerido, dizem, por alguém da Direção Geral da Assistência Social por existir, na portaria, uma imagem de São José exposta num nicho. O Lar de São José é, hoje, a casa abrigo de mais de centena e meia de pessoas muito pobres e emprega quase uma centena de zelosos colaboradores. A Covilhã pode orgulhar-se de ter a Instituição Particular de Solidariedade Social para pessoas idosas mais antiga do Distrito que cuida dos mais pobres e aos quais, muitas vezes, por razões financeiras, outras portas são fechadas. Querido Lar de São José, votos de muitos anos a SERVIR.

*José Branco Barata*



## Feliz Aniversário

04 – M<sup>a</sup> Fernanda Antunes L. de Almeida, 90  
07 – António Rolo Saraiva, 84  
11 – Manuel João, 77  
13 – Maria Santo Ribeiro Braçais, 82  
15 – Augusto Barata Sardinha, 63  
18 – Maria de Jesus Saraiva Gomes, 88  
21 – Maria da Graça Martins Carrolo, 88  
26 – Ana Fernandes Almeida, 78  
26 – Maria Amélia de Oliveira Andrade, 69  
28 – Maria Olívia Nave Felício, 86

## Programação de Fevereiro

### Atividades Agendadas

- 01 – Vinda ao Lar de alunas da Escola Secundária Quinta das Palmeiras
- 11 – Dia Mundial do Doente
- 12 – Aniversário do Lar
- 13 – Dia Mundial da Rádio
- 14 – Dia do Amor (Dia dos namorados)
- 22 – Dia do Pensamento
- 23 – Vinda ao Lar da Tuna da UBI “C’a Tuna aos Saltos”
- 25 – Missa dos aniversariantes

### Atividades Regulares

- Atelier de Culinária (penúltima quarta-feira do mês na copa do 1º piso)
- Passeios ao Serra Shopping
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Trabalhos manuais
- Jogos na sala de convívio

## ENTREVISTA A MARIA PAIS LOURENÇO

Por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

### Como se chama?

Maria Pais Lourenço.

### Qual a sua idade?

Tenho 90 anos, fiz em janeiro

### Qual o seu estado civil?

Casada.

### De que terra é?

Sou do Sarzedo, nascida e criada.

### Quantos filhos tem? E netos?

Tive cinco filhos, mas morreu um em pequeno, com 2 anos, e há três anos morreu outro. Agora só tenho três, um filho e duas filhas. Netos são muitos e bisnetos também.

### Qual foi a sua profissão?

Ainda andei na escola, mas comecei a trabalhar muito nova, tinha uns 10 anos. Fazia tudo no campo, a ajudar os meus pais, cortava feno, sachava, regava. Nunca tive outra vida nenhuma, foi sempre no campo. Casei-me aos 24 anos e trabalhávamos os dois no campo. O meu marido ia com o gado, e eu fazia de tudo. Cuidava da horta, regava, apanhava a caruma. Tínhamos muita fartura, a terra

dava muito. Tinha tudo o que era preciso para casa e também vendia. Chegámos a ter quase 100 cabras e eu fiz muito queijo. Reformei-me aos 60 e poucos anos, mas nunca deixei o campo.

### Gostava do trabalho que fazia?

Gostava de tudo, não tinha outro. Mas era uma vida dura.

### Há quanto tempo está no Lar?

Faz quatro anos este ano, vim no mês de setembro.

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

Vim com o meu marido. Estávamos em casa de uma filha e antes também estivemos no Centro de Dia do Sarzedo. Depois as filhas trataram para virmos para o Lar e viemos então os dois.

### E gosta de estar no Lar?

Gosto de cá estar, mas já tive uns aborrecimentos.

### Como passa os seus dias no Lar?

Ando um bocado em baixo, por isso gosto de estar no quarto. Mas já fui em alguns passeios, a Unhais, a Valhelhas, à Floresta, ao Jardim do Lago, a Fátima. Mas agora a cabeça não me deixa, não ando muito bem.

### Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim, vêm cá as filhas.

