

# BOLETIM MENSAL

Número 104—Janeiro 2017

## Lar de São José

### Instituição Particular de Solidariedade Social

#### ATIVIDADES DE DEZEMBRO

Ao longo da quadra Natalícia, o Lar foi mais uma vez palco de muita alegria e animação. Foram vários os grupos que por aqui passaram e ofereceram a cada residente um carinho, um sorriso e as suas músicas: Grupo de Cavaquinhos da Academia Sénior; Tuna Feminina "As Moçoilas"; Duo musical "Susana Saraiva e Renato Folgado"; Grupo de cantares "A Lã e a Neve"; Grupo de crianças da catequese de Santo António; os "Amigos dos Bombos" e a violinista Raquel Cravino. Para todos, ficam aqui os nossos agradecimentos.

No dia 7 de dezembro, o Lar de São José participou no 2º Encontro de Grupos de Cantares Sénior organizado pelo Centro Social e Cultural de Santo Aleixo de Unhais da Serra. Estiveram presentes 12 residentes e duas acompanhantes. Depois das atuações das 4 Instituições presentes, os idosos partilharam um lanche convívio bastante apreciado por lhes ser dada a possibilidade de trocar experiências de vida com utentes de outros lares. Os nossos residentes manifestaram o desejo de voltar no próximo ano.



O Centro de Atividades promoveu no dia 10 uma tarde de animação no Shopping do Sporting. O Lar de São José foi convidado, e esteve presente com 12 residentes e duas acompanhantes. A Tuna Já b'UBI & Tokuskopus deu início à animação da tarde com as suas músicas académicas. Seguiu-se o cantor Rui Drumond acompanhado pela sua banda. Os nossos utentes manifestaram o desejo de repetir este passatempo.



Como manda a tradição, realizou-se no dia 14, o almoço de Natal do Lar de São José com a presença de corpos gerentes, funcionários e convidados. Vestidos com o rigor que o papel que representavam exigia, os atores de um dia, residentes e colaboradores, da peça de teatro "Sonho de uma Noite de Natal" demonstraram os seus dotes de artistas. A residente D. Isabel Duarte declamou uma poesia da sua autoria e em seguida o Grupo de Cantares do Lar finalizou a atuação com três cânticos de Natal do seu repertório. Os aplausos orgulharam e deixaram e muito felizes os protagonistas que durante a tarde espalharam alegria e boa disposição por toda a Instituição.

A Câmara da Covilhã promoveu no dia 17 o tradicional almoço de Natal na Anil. Estiveram presentes cerca de 1400 pessoas do concelho da Covilhã. O Lar de São José foi a única instituição presente, com 20 residentes e 3 acompanhantes. Após o almoço, dois grupos musicais proporcionaram a todos os presentes muita alegria e diversão. Os nossos residentes cantaram e dançaram até às 17 horas, hora de regresso ao lar, cansados, mas muito satisfeitos.



Na tarde do dia 18, um grupo de 15 crianças da Catequese de Santo António visitou o lar. Este encontro de gerações encantou todos os residentes que, afectuosamente, receberam e aplaudiram as crianças que cantaram, declamaram poesia e até representaram uma peça de teatro.

Foi organizado no dia 23 um passeio à Cidade Natal na Guarda. Participaram 12 residentes e 2 acompanhantes. Visitaram a Sé e a exposição de presépios. A magia do Natal envolveu todos os participantes, que até tiraram fotos com os Reis Magos. Tratou-se de uma tarde fria mas bem passada e muito apreciada.



#### NESTA EDIÇÃO:

MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE	1
ATIVIDADES DE DEZEMBRO	1
ANIVERSARIANTES DE JANEIRO	2
PROGRAMAÇÃO DE JANEIRO	2
ENTREVISTA A MARIA SILVEIRA	2

#### MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE

#### PAZ EM 2017

Quando vemos, ouvimos e lemos o que vai pelo Mundo, não podemos ficar cegos, tapar os ouvidos, permanecer mudos nem, tão pouco, fazer de conta que nada é connosco. Estamos a viver em constante alerta, pois nunca sabemos o que pode acontecer perto ou longe da nossa casa. Entre nós, temos o bom costume de trocar votos de saúde e bem-estar para o Novo Ano e os desejos devem ser os mais verdadeiros. Que poderá acontecer, neste Ano, mesmo à nossa porta ou em qualquer parte do Mundo? A violência e o terror são males que ninguém quer perto de si e que, infelizmente, ainda não é possível evitar. E se violência gera violência, onde poderemos encontrar um pouco de paz? Assim, ainda em espírito de Natal, confiantes na Mensagem dos Anjos "Glória a Deus nas alturas e Paz na Terra aos homens por Ele amados", votos de um BOM ANO, PAZ, saúde e bem-estar nas Famílias, no País e no Mundo.

*José Branco Barata*



## FELIZ ANIVERSÁRIO!

- 02 Maria de Jesus Correia Saraiva, 91
- 02 António Inácio da Cruz, 88
- 09 Maria Pais Lourenço, 89
- 11 Vítor Manuel Matos Correia, 44
- 14 Franklim Cunha Santos, 89
- 16 José Dias Marques, 59
- 17 José dos Reis Silva, 87
- 19 António José Nunes Serra, 70
- 19 Manuel Mateus Alves Pereira, 83
- 25 Maria Alice Duarte Xisto, 56

## PROGRAMAÇÃO DE JANEIRO

### Atividades Agendadas:

- 06 Comemoração do “Dia de Reis”– Atuação da Tuna de Medicina da UBI, “Tuna-Mus”.
- 10 Reinício do programa “+Activo|Vida+” (Departamento de desporto da UBI)
- 18 Dia Internacional do Riso
- 30 Missa dos Aniversariantes do mês

### Atividades Regulares:

- Eucaristia semanal aberta à comunidade (às quintas-feiras pelas 10h)
- Passeios pela Covilhã (Serra Shopping, Jardins, etc)
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio e / ou no jardim
- Trabalhos manuais (Carnaval)



## ENTREVISTA A MARIA SILVEIRA

por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

### Como se chama?

Maria Silveira

### Qual a sua idade?

Tenho 83 anos, faço 84 em março.

### Qual o seu estado civil?

Casada. Faz no dia 06 de janeiro 65 anos que me casei.

### De que terra é?

Sou de Lavacolhos, concelho do Fundão.

### Quantos filhos tem? E netos?

Tenho um filho. Tenho uma neta e duas bisnetas (uma vai fazer 9 e a outra 5).

### Qual foi a sua profissão?

Andei três anos na escola. Eu queria continuar, porque gostava muito de estudar, mas era preciso ir para Castelo Branco e os meus pais não deixaram. Fiquei a ajudar a minha mãe no campo, o meu pai era carpinteiro, e eu era a mais velha de três irmãos. Semeávamos, plantávamos, fazíamos tudo o que é

da vida do campo. Também tínhamos animais, um porco e cabras, fazíamos o azeite. Casei-me aos 19 anos e depois viemos viver para a Covilhã. O meu marido era distribuidor de pão. Eu de início não trabalhava, fiquei a criar o meu filho, mas depois trabalhei na Empresa Transformadora de Lãs. Estive lá 10 anos e a seguir reformei-me, porque também já tinha problemas de ossos. Não voltei a trabalhar porque não tinha saúde.

### Gostava do trabalho que fazia?

Não gostava muito de estar nas máquinas, porque não fui criada nisso. Depois passei para outro sítio, a limpar as peças das máquinas, e gostava mais.

### Há quanto tempo está no Lar?

Fez dois anos no dia 03 de dezembro.

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

Porque não podia fazer nada em casa e não tinha quem me fizesse. Só tenho um filho que vive em Lisboa e por isso tive que vir.

### E gosta de estar no Lar?

Estou cá por necessidade. Custou-me muito a decisão de vir.

### Como passa os seus dias no Lar?

Costumo estar no quarto, gosto de ouvir rádio, sobretudo o terço. Quando está bom tempo, gosto de dar umas voltas no jardim.

### Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Tenho poucas visitas. O meu filho vem quando pode e agora no Natal esteve cá a família toda.

