



BOLETIM MENSAL

Número 122 - Julho 2018

ATIVIDADES DE JUNHO

Com a chegada do bom tempo, surge também o momento ideal para que todos os residentes possam aproveitar o belo jardim da Instituição até os menos autónomos. Nesse espaço, aproveitam para fazer pequenas caminhadas, apreciar a paisagem sobre a cidade e usufruir desta área tão aprazível. No jardim, enquanto convivem com os colegas ou familiares, realizam-se jogos tradicionais, fazem ginástica e os ensaios para as festas.



No dia 11 deu-se início aos ensaios das Marchas Populares com a participação de 16 residentes. As apresentações das marchas estavam programadas para o dia 22, contudo, por razões imprevistas, as mesmas não se puderam realizar. Ficaram agendadas para a primeira semana de Julho.



Na tarde do dia 26 houve mais uma experiência de cozinha na copa do 1º piso, onde as protagonistas foram três das nossas residentes. Juntas confeccionaram um bolo que fez as delícias dos presentes.

Retomámos pela manhã do dia 27 os passeios ao Jardim do Lago, com 8 residentes acompanhados pela animadora. É sempre com muito agrado que participam neste passeio, mesmo aqueles que são menos autónomos. Puderam assim ver as piscinas com ondas, os peixes no lago e o cisne que serviu de brincadeira para alguns. Os residentes, muito bem-dispostos, passearam pelo jardim apreciando toda a paisagem que dali se pode avistar.



Na tarde do dia 27 planeámos mais um passeio ao Serra Shopping com oito residentes. A ida a um grande espaço comercial é sempre do agrado dos participantes. Depois do lanche tomado na varanda, deram uma volta pelas lojas, falaram com pessoas amigas e familiares. Foi uma tarde diferente, que todos desejam repetir.



Nesta Edição:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Junho	1
Aniversariantes de Julho	2
Programação de Julho	2
Entrevista a Maria Abrantes	2

Mensagem do Vice Presidente

SOLIDÁRIOS NAS FÉRIAS

No mês de Julho, findo o ano escolar, começa o período de descanso dos alunos que vão de férias para recuperar as forças e “descansar” o cérebro. Alguns jovens, por motivos financeiros, vão trabalhar no que aparece, outros desenvolvem atividades de ajuda aos mais desfavorecidos. Depois dos violentos incêndios que causaram tantos mortos e quase fizeram desaparecer algumas aldeias do Interior do País, muita gente tem manifestado enorme solidariedade com as vítimas das tragédias. Mas ainda há muito por fazer. Estudantes de várias escolas vão ajudar na construção ou recuperação das casas que foram devoradas pelo fogo ou dedicam-se à promoção sócio cultural das populações. Sinal muito positivo da generosidade dos jovens que, desinteressados das atrações do Verão, preferem ajudar as pessoas sem esperar recompensa, dar as mãos a quem se diz abandonado e à espera do prometido nos momentos de aflição. É de louvar a iniciativa dos jovens como também será louvável que, no tempo de férias, visitem os doentes e os idosos, em suas casas ou nas Instituições.

Boas férias.

José Branco Barata



Feliz Aniversário

- 01 – Maria Mendes Ferreira, 84
- 01 – Graziela Maria Rei da Fonseca, 72
- 06 – Teresa de Almeida Matos, 88
- 07 – Maria Susete Afonso, 88
- 09 – Áurea de Almeida Santos, 74
- 12 – Lurdes Ferreira Carlos, 82
- 12 – Isabel Morais Duarte, 83
- 24 – João José Gomes Duarte, 73
- 25 – Rosa Rebelo Isento, 84
- 31 – Maria do Céu Brito Rodrigues, 91
- 31 – Jacinta Alves da Cruz, 82

Programação de Julho

Atividades Agendadas

- 03 – Passeio às Terras de Origem: Teixoso e Canhoso
- 04 – Passeio à praia fluvial de Valhelhas
- 06 – Comemoração do Dia Mundial do Chocolate
- 10 – Comemoração do Dia da Pizza
- 28 – Comemoração do Dia dos Avós: atuação de um Grupo de Acordeonistas
- 30 – Missa dos Aniversariantes do mês

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 e jardins
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio e/ou jardim

ENTREVISTA A MARIA MARTINS ABRANTES

Por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

Como se chama?

Maria Martins Abrantes.

Qual a sua idade?

Vou fazer 83 anos no dia 26 de agosto.

Qual o seu estado civil?

Sou viúva. O meu marido já morreu há uns 15 anos.

De que terra é?

Sou dos Vales de Peroviseu.

Quantos filhos tem? E netos?

Tenho um filho e uma filha. Tenho quatro netos e uma bisneta.

Qual foi a sua profissão?

Andei na escola até à 3ª classe e aos 13 anos comecei a trabalhar, a sachar e a mondar trigo. Depois de me casar, aos 20 anos, continuei a trabalhar no campo para um patrão e o meu marido guardava gado. Também tínhamos uma horta com couves, alfaces, tomates, e era preciso regar tudo. Foi sempre assim toda a vida, até que me reformei por invalidez.

Gostava do trabalho que fazia?

Gostava sim.

Há quanto tempo está no Lar?

Fez um ano em Fevereiro.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

Estava no Centro de Dia de Peroviseu e à noite ia dormir a casa dos meus filhos. Ainda lá estive muito tempo no Centro de Dia, mas depois o meu filho arranhou para eu vir para aqui.

E gosta de estar no Lar?

Gosto muito de cá estar, toda a gente me estima. O pior são as dores que tenho.

Como passa os seus dias no Lar?

Gosto de pintar, gosto de rezar o terço. À noite vejo as notícias na televisão. Às vezes também vou às cantigas e fui num passeio para ver as cerejeiras em flor.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim, os meus filhos vêm todos os 8 dias. Já cá vieram também uma cunhada e os meus netos.

