

# BOLETIM MENSAL

Número 109—Junho 2017

## Lar de São José

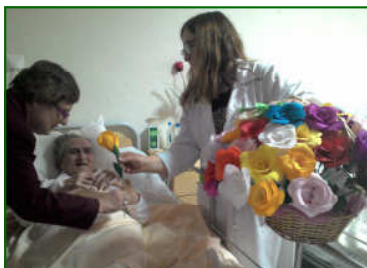
### Instituição Particular de Solidariedade Social

#### ATIVIDADES DE MAIO

Na semana que antecedeu a vinda do Papa Francisco à Cova da Iria, o Lar organizou um **passeio ao Santuário de Fátima** no dia 03 de maio. Participaram 39 residentes, 2 membros da Direção, algumas colaboradoras, 2 estagiárias e 1 voluntária. Pelas 9 horas, teve início uma viagem cheia de boa disposição. Cantaram-se músicas populares e rezou-se o terço. Após a chegada a Fátima todos se dirigiram à Capelinha das aparições para assistir à celebração da Santa Missa antes de comprarem velas e pediram pelas suas devoções. Seguiu-se o almoço ao ar livre que foi do agrado de todos. De tarde, uns optaram por tomar café e visitar o Museu de Cera enquanto outros preferiram ficar a descansar as pernas ou comprar lembranças. Na despedida, cantaram o Adeus à Nossa Senhora. Durante a viagem a animação continuou. Antes da chegada à Covilhã, ainda houve tempo para um lanche a meio do caminho. Apesar das limitações de muitos e do cansaço expresso, todos se mostraram satisfeitos e com um sorriso de felicidade.



No dia 7 de maio comemorou-se um dos dias mais importantes na vida das residentes, o **Dia da Mãe**. Por motivos que nos foram alheios, a animação programada não se realizou. Contudo, a boa disposição esteve sempre presente. Foi entre sorrisos e alegrias que todas as utentes (ERPI e SAD) receberam, como lembrança, uma rosa de papel crepe, também confeccionada por algumas das senhoras.



Pela tarde do dia 11, um grupo de 12 residentes e 2 acompanhantes participou num rastreio à visão, audição, tensão arterial, etc. realizado por diversos profissionais de saúde no **Centro de Atividades** no centro comercial do Sporting. Foi uma tarde de convívio, onde os nossos utentes assistiram à atuação da Tuna de Medicina da UBI, Tuna Mus, e falaram com pessoas amigas e conhecidas que ali se encontravam.



No dia seguinte, 12 residentes, 2 colaboradoras e 2 estagiárias participaram, no **Complexo Desportivo da Covilhã**, num rastreio e numa aula de ginástica. O residente Rui Gomes teve o privilégio, como grande adepto de futebol e antigo jogador, de dar uns toques na bola durante os treinos da equipa do **Sporting da Covilhã**. Foi muito acarinhado por todos, tendo-se registado o momento com fotografias.

No passado dia 18, deslocaram-se aos **pavilhões desportivos da UBI** 12 residentes e 3 acompanhantes a fim de participar numa **aula de atividade física** realizada pelos alunos do 2º ano do curso de Ciências do Desporto, no âmbito da disciplina de Exercício e Saúde relativa ao módulo "Populações especiais". Na aula foram utilizadas vários materiais, desde bastões, bolas, arcos, sendo realizados também diversos exercícios aeróbios e de reforço muscular. Foram visíveis a alegria, a boa disposição e a competição (saudável) entre os participantes.



No **Dia da Espiga**, a convite da **escola Quinta das Palmeiras**, 12 residentes, 2 colaboradoras e 2 estagiárias de animação participaram numa tarde de convívio com os alunos, professores e outras instituições presentes. O Lar de São José interpretou várias canções, duas das quais com coreografia o que acabou por contagiar os espectadores. A tarde terminou com um lanche organizado pelos professores e alunos.

#### NESTA EDIÇÃO:

MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE	1
ATIVIDADES DE MAIO	1
ANIVERSARIANTES DE JUNHO	2
PROGRAMAÇÃO DE JUNHO	2
ENTREVISTA A FERNANDO SANTOS	2

#### MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE Dar a Vida para Ganhá-la

Tudo passa e não damos conta do tempo a voar. Pior, não nos convencemos da nossa finitude. Os dias nascem e terminam, dando lugar à noite. Distraídos, só "caímos em nós", no dia do aniversário natalício. Então, lamentamo-nos porque estamos, em cada ano, mais perto da velhice. Raras são as Pessoas que agradecem o Dom da Vida e saboreiam os bons momentos de cada dia. Mais raras são as Pessoas que dão a sua vida por algo ou por alguém sem esperar recompensa. Não é fácil, mas é possível. Grandes figuras da História Mundial gastaram, só por amor ao próximo, a sua vida a cuidar dos mais necessitados, por isso são exemplos de autêntico altruísmo e merecedores de infinita gratidão. A Humanidade lembra Santos, Políticos e cidadãos comuns porque deram a vida pelos seus Ideais, pelo próximo e pelas suas convicções. A morte foi o preço da doação para ganhar VIDA. Não esqueçamos que dois dos Santos Populares que festejamos, neste mês, sofreram o martírio, deram a vida pelo Cristianismo e, entre nós, homens e mulheres deram a vida pela Liberdade. Todos os dias, Pais e Mães dão a vida pelos filhos; soldados dão a vida pela Paz; professores e educadores dão a vida pelo futuro, voluntários e cuidadores dão a vida pelo próximo nas Instituições de Solidariedade Social. Não há dinheiro que pague tanta dedicação. Só a DAR a VIDA podemos GANHÁ-LA.

*José Branco Barata*



## FELIZ ANIVERSÁRIO!

- 01 Maria do Carmo Anjos Pais, 83 anos
- 03 Ana Gonçalves, 99
- 07 Francisco Teixeira Moço Romão, 90
- 13 António Dias Amaral, 78
- 14 Artur Maria, 94
- 21 Maria Fernanda Fino Pinto da Silva, 77
- 24 Isaura da Silva Matias, 83
- 25 Ana Emília Abrantes, 97
- 26 Maria Fernanda Santos Antunes, 60
- 29 Teresa de Jesus Martins, 89
- 29 Leopoldina Ferreira da Silva, 94

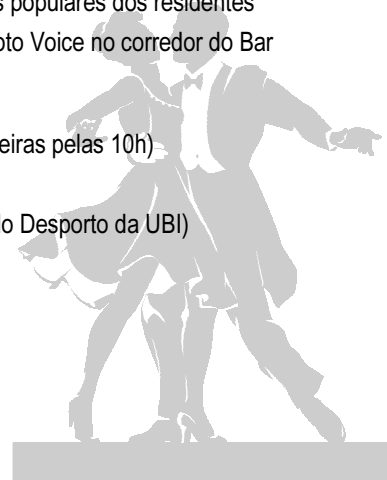
## PROGRAMAÇÃO DE JUNHO

### Atividades Agendadas:

- 01 Participação dos residentes numa aula de ginástica no Pavilhão Desportivo da UBI
- 08 Ida ao Teatro Municipal para assistir ao Musical "Broadway na Escola"
- 09 Participação no encontro de Bóccia no Agrupamento de Escolas do Teixoso
- 13 Festejos de Santo António com baile no jardim
- 26 Missa dos aniversariantes do mês
- 29 Almoço convívio no jardim, com desfile de marchas populares dos residentes
- Todo o mês – Exposição de fotografias do Projeto Photo Voice no corredor do Bar

### Atividades Regulares:

- Eucaristia semanal aberta à comunidade (às quintas-feiras pelas 10h)
- Passeios pela Covilhã (Serra Shopping, Jardins, etc)
- Ginástica "+Ativo|Vida+" (Departamento de Ciências do Desporto da UBI)
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio e / ou no jardim
- Trabalhos manuais (Santos Populares)



## ENTREVISTA A FERNANDO JOSÉ BATISTA DOS SANTOS

por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

### Como se chama?

Fernando José Batista dos Santos.

### Qual a sua idade?

Tenho 64 anos, fiz no dia 09 de maio.

### Qual o seu estado civil?

Divorciado.

### De que terra é?

Nasci na Covilhã, freguesia de São Martinho.

### Quantos filhos tem? E netos?

Tenho duas filhas e um filho. Tenho sete netos.

### Qual foi a sua profissão?

Comecei a trabalhar aos 12 anos numa tecelagem, a "dar fios". Depois aos 17/18 anos passei para a Tinturaria Petrucci, trabalhava juntamente com o meu pai que já era tintureiro. Passei por muitas fábricas, foi sempre nos Lanifícios que trabalhei. Depois de me divorciar emigrei para Israel. Estive lá três anos, em Telavive, a trabalhar numa confe-

ção. Gostei muito de lá estar. Quando voltei de Israel ainda trabalhei mais uns dois anos, mas depois comecei a ficar doente, estive de baixa e a seguir reformei-me. Acabei por perder as duas pernas no espaço de dois anos.

### Gostava do trabalho que fazia?

Gostava sim, de qualquer um dos trabalhos que tive.

### Há quanto tempo está no Lar?

Fez dois anos em maio que vim.

### E gosta de estar no Lar? Porque é que decidiu vir?

Não tive outra opção, dada a minha condição de saúde. Na altura estava internado e vim diretamente do hospital para aqui.

### Como passa os seus dias no Lar?

Costumo estar no quarto ou no quintal, e gosto muito de ouvir rádio. Também saio muitas vezes, vou até ao Pelourinho e ao Shopping.

### Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

É raro. Deixei de ter contacto com os meus filhos, há mais de um ano que não os vejo. Costumo falar por telefone com uma irmã que vive em França, que também já cá veio ao Lar.

