

# Boletim Lar de São José Mensal

Instituição Particular de Solidariedade Social

A SERVIR A COMUNIDADE DESDE 1900

## MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE

### FAZER BEM OU "ASSIM ASSIM"

Numa Sociedade pobre de valores morais e cívicos, quando alguma coisa tem de ser bem-feita, é frequente ouvir-se "deixa lá, logo se vê". Irresponsabilidade? Falta de coragem? O "deixa andar" NUNCA compensa e, para emendar o erro, pode já não haver remédio. Nas encruzilhadas da vida, muitos assuntos são tratados "assim, assim" e há sempre quem, sem culpa, acabe por sofrer as consequências. Que falta de respeito!!! Celebra-se o dia da Liberdade com "uma no cravo e outra na ferradura". As Festas do dia do Trabalhador já não resolvem o flagelo do desemprego. Nem os dias da Mãe resolvem a solidão e o abandono. Parece evidente o culto do "deixa andar" e do "logo se vê". É, tão só, escancarar portas para consequências dramáticas. Os mediocres, acérrimos defensores dos facilitismos, sabem organizar-se muito bem para conseguir os fins que só podem ser mesquinhos. É já preciso andar com uma candeia à procura dos melhores para FAZER BEM o que deve ser BEM FEITO. É uma questão de coragem.

*José Branco Barata*

## ACTIVIDADES DE ABRIL

Pelo 3º ano consecutivo, dia 31 de março comemorou-se o **Dia Internacional do Doente com AVC** (Acidente Vascular Cerebral) a convite do Centro Hospitalar Cova da Beira. O convívio, que contou com várias instituições, realizou-se no Grupo de Educação e Recreio Campos Melo, onde pacientes e profissionais de saúde partilharam experiências, aludindo à máxima "Não importa a forma como se cai, mas sim o empenho e a força com que cada um se levanta". A tarde terminou com um chá dançante.



No dia 3 de abril realizou-se a tradicional **Caça aos Ovos da Páscoa**. Aderiram a esta iniciativa mais de três dezenas de residentes que se deslocaram ao jardim muito bem dispostos e divertidos para procurarem este docinho tão apreciado por todos. Alguns idosos mais velozes apanharam muitos ovos que depois partilharam pelos residentes menos rápidos. A utente que apanhou o coelho mereceu uma salva de palmas de todos. Após o lanche foram distribuídos ovinhos por todas as salas da Instituição. Uma tarde bastante divertida, em que as amêndoas também não faltaram quer para os residentes, quer para os utentes do serviço de apoio ao domicílio e os colaboradores.



O **Dia Mundial da Dança** foi celebrado a 28 de Abril com a realização de um baile, bastante concorrido, na sala de convívio do bar. Residentes e funcionários juntaram-se em grande animação e divertimento ao som de músicas, tendo algumas delas merecido coreografia.

## 105 PRIMAVERAS

No dia 15 de abril completou 105 primaveras a Sr.ª D. Maria José Fernandes Martins. Residentes e funcionários cantaram-lhe os parabéns, seguidos de uma grande salva de palmas. Apesar da sua reduzida audição a residente apercebeu-se que o dia era seu, deixando transparecer alguma emoção.



### NESTA EDIÇÃO:

Mensagem do Vice Presidente	1
Actividades de Abril	1
Em destaque: 105 Primavera	1
Aniversariantes do Mês	2
Actividades do Mês	2
Entrevista do Mês	2

### Aniversariantes do mês

- 01 António R L Saraiva, 87
- 02 M<sup>o</sup> Emília Gonçalves, 71
- 07 Rosa dos Santos Duarte, 91
- 09 M<sup>o</sup> Teolinda C Nogueira, 83
- 10 M<sup>o</sup> Conceição S M Rodrigues, 79
- 18 Lucília Brito da Costa, 77
- 27 Conceição de Jesus Pedro, 85
- 28 Manuel Gomes Gonçalves, 85
- 31 M<sup>o</sup> Alice Lopes, 82
- 31 Piedade de Jesus, 90



### Actividades do Mês

#### Agendadas:

- 03 Comemoração do Dia da Mãe
- 06 Passeio a Fátima
- 08 Atividade desportiva no pavilhão da UBI
- 12, 15 e 23 Realização de rastreios à visão aos residentes
- 14 Passeio ao Espaço das Idades (Shopping do Sporting)
- 14 Comemoração do Dia da Espiga
- 15 Comemoração do Dia Internacional das famílias
- 21 Almoço dos Ex-combatentes com atuação do grupo de cantares dos residentes e do grupo "Flor Estrela"
- 25 Missa dos Aniversariantes

#### Regulares:

- Passeios pela Covilhã
- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Chá Dançante (Centro de Atividades do Shopping do Sporting)
- Leitura e exercícios para estimulação da memória
- Trabalhos manuais
- Jogos na sala de convívio e/ou no jardim



## ENTREVISTA DO MÊS A MARIA FILIPINA DOS SANTOS

por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

### Como se chama?

Maria Filipina dos Santos.

### Qual a sua idade?

Tenho 79 anos, faço 80 no dia 5 de novembro.

### Qual o seu estado civil?

Casada, há 62 anos.

### De que terra é?

Sou de Peroviseu, concelho do Fundão.

### Quantos filhos tem? E netos?

Tenho uma filha e um filho. Tenho três netos e três bisnetos, e está para nascer mais uma bisneta.

### Qual foi a sua profissão?

Trabalhei sempre no campo. Fiquei sem pai aos 10 anos, nós éramos só duas irmãs, e como tínhamos muitos prédios para tratar, tive que começar logo a trabalhar para ajudar a minha mãe. Fazíamos de tudo, tinha-

mos vinho, azeite, batatas, milho, feijão. E também tínhamos animais, uma burra, galinhas, coelhos, porcos. Depois de me casar, continuei a trabalhar no campo com o meu marido, foi a nossa vida.

### Gostava do trabalho que fazia?

Como trabalhei no campo quase desde que nasci, fica-se a gostar.

### Há quanto tempo está no Lar?

Fez um ano em janeiro. O meu marido veio uns meses antes de mim, em novembro.

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

Vim porque o meu marido já cá estava no Lar. E eu também não estava bem, andava muito cansada. Tratei do meu marido durante uns três ou quatro anos, passei muito com a doença dele.

### E gosta de estar no Lar?

Adoro, sou muito estimada.

### Como passa os seus dias no Lar?

Gosto muito de ler, de fazer sopas de letras e de escrever umas coisas. Gosto de dar umas voltas no jardim. E vou ver o meu marido todos os dias à Enfermaria. Nos passeios, só fui à Santa Luzia.

### Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim. Quem vem mais são os meus primos. Mas também vêm algumas pessoas amigas.

