

Boletim Lar de São José Mensal

Instituição Particular de Solidariedade Social

A SERVIR A COMUNIDADE DESDE 1900

ATIVIDADES DE ABRIL

MENSAGEM DO VICE PRESIDENTE

SALVÉ RAINHA

Maio é o mês de Maria, Mãe de Jesus. Na cultura e na alma lusitanas, ao longo dos séculos, a devoção a Nossa Senhora, Mãe de Jesus, foi sempre uma realidade muito respeitada com grande culto e muita devoção. Incontáveis são as manifestações de amor à Mãe de Jesus, em todo o Mundo, com cânticos, peregrinações a Santuários e dedicação de grandes catedrais. Os portugueses sempre tiveram muita devoção pela Mãe de Jesus com a atribuição de muitas invocações. O nosso primeiro Rei, D. Afonso Henriques, elegeu Nossa Senhora como Padroeira do Reino, sua advogada pessoal e dos seus sucessores. Mais tarde, em 1646, D. João IV coroou a Imagem de Nossa Senhora como Rainha de Portugal e, desde aí, não mais nenhum dos nossos Reis ostentou a coroa. Neste Ano Santo da Misericórdia, vamos dirigir-nos a Nossa Senhora, dizendo SALVÉ RAINHA, Mãe de Misericórdia, vida doçura, esperança nossa. Salvé.

José Branco Barata

Sob o tema “Sentir a Primavera”, pela tarde do dia 5 fez-se um passeio com 8 residentes, acompanhados pela animadora ao Hospital Pêro da Covilhã. Os residentes puderam ver e apreciar a exposição de trabalhos e arranjos florais das diversas Instituições do concelho, um dos quais feito por alguns deles.



No passado dia 7 de Abril, 15 residentes deslocaram-se ao pavilhão desportivo da UBI para comemorar o Dia Mundial da Atividade Física e da Saúde. Organizado pela Associação Académica da UBI e pelo Departamento de Ciências do Desporto, o evento reuniu utentes de 3 instituições da Covilhã que participaram numa aula de atividade física, bem como em alguns rastreios (tensão arterial e glicémia). No final, realizou-se um lanche convívio entre todos os participantes.

Na manhã do dia 13, vieram ao Lar de São José 18 alunos do 12º ano do curso profissional “Técnico Auxiliar de Saúde” acompanhados por 2 professoras. Falaram e distribuíram panfletos sobre a prevenção de quedas da pessoa idosa. Houve música, sorrisos e muita alegria de ambas as partes. Foi um agradável encontro entre gerações.



Pela tarde do dia 20, realizou-se um passeio ao concelho do Fundão (Alcongosta e Souto da Casa) para mostrar a 12 residentes as cerejeiras em flor e as belas paisagens da Serra da Gardunha. Gostaram muito do que viram e registaram os momentos tirando fotos. Antes do regresso ainda houve tempo para lanchar no Santuário da Nossa Senhora da Saúde.

Pela tarde do dia 22, o Lar de São José recebeu 4 alunos da escola Campos Melo e 40 crianças da escola básica de São Silvestre acompanhadas pelas respetivas professoras. Os jovens interagiram com os residentes declamando poesia, lendo histórias, cantando e conversando. Antes de partir ainda ofereceram desenhos e poemas alusivos aos nossos residentes.

Realizou-se no dia 29 na faculdade de Ciências da Saúde da UBI uma conferência organizada sob o tema “Alimentação do Idoso”. Entre outras instituições do concelho, o Lar de São José foi convidado e esteve presente com 8 residentes e a animadora. A nutricionista presente falou dos fatores que contribuem para a manutenção da saúde. Os nossos utentes colocaram algumas questões e tiraram dúvidas, tendo achado a conferência muito interessante.

NESTA EDIÇÃO:

Mensagem do Vice Presidente	1
Atividades de Abril	1
Em destaque: 106 primaveras	1
Aniversariantes do Mês	2
Actividades do Mês	2
Entrevista do Mês	2

106 PRIMAVERAS

No dia 15, festejámos mais um aniversário da nossa residente Maria José Fernandes Martins, 106 anos. Rodeada de sorrisos e muito carinho, cantaram-se os parabéns, apagaram-se as velas e partiu-se o bolo, com a sala decorada para a festa. A aniversariante mostrou-se muito bem disposta, e feliz.



Aniversariantes do Mês

- 01 António R Lourenço Saraiva, 88
- 09 Rosa dos Santos Duarte, 92
- 09 M^a Teolinda C Nogueira, 84
- 09 Fernando J B dos Santos, 65
- 10 M^a Conceição S M Rodrigues, 80
- 18 Lucília Brito Costa, 78
- 27 Conceição de Jesus Pedro, 86
- 28 Manuel Gomes Gonçalves, 86
- 29 M^a do Carmo R Proença, 83
- 29 M^a Alice Lopes, 83
- 30 Piedade de Jesus, 92



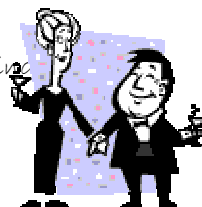
Atividades do Mês

Agendadas:

- 01 Comemoração do "Dia da Mãe" - atuação da tuna "C'a tuna aos saltos"
- 04 Passeio ao Santuário de Fátima
- 05 Comemoração do "Dia da Espiga"
Manhã: II Encontro de Boccia do Agrupamento Escolas do Teixoso
Tarde: Ida à escola da Quinta das Palmeiras para um convívio com os alunos
- 11, 18 25 Tardes de cinema
- 18 Comemoração do Dia Internacional dos Museus
- 20 Passeio às Terras de Origem (Teixoso e Canhoso)
- 30 Missa dos aniversariantes do mês

Regulares:

- Eucaristia semanal aberta à comunidade (às quintas-feiras pelas 10h)
- Passeios pela Covilhã (Serra Shopping, Floresta, Jardins, etc.)
- Ginástica
- Canto coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Chá dançante (Centro de Atividades do Shopping do Sporting)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio
- Trabalhos manuais



ENTREVISTA DO MÊS A JÚLIO CUNHA

por Dra. Magda Reis e D. Graça Aguilar

Como se chama?

Júlio Cunha

Qual a sua idade?

Fiz 65 anos no dia 25 de Março.

Qual o seu estado civil?

Solteiro.

De que terra é?

Sou do Fundão.

Quem são os seus familiares mais próximos?

Tenho a minha mãe, que também está aqui no Lar, e sete irmãos (cinco raparigas e dois rapazes). Éramos onze irmãos, mas três já faleceram. Sobrinhos, tenho uns setenta, mais alguns segundos sobrinhos.

Qual foi a sua profissão?

Só comecei a trabalhar quando o meu pai faleceu, tinha eu 30 anos. Antes nunca tinha trabalhado por causa do problema que tenho na perna, fiquei reformado por invalidez ainda muito novo. Quando fiquei sem o meu pai, comprei uma carrinha para andar nos mercados a vender. Tinha um motorista para

conduzir e ia também um irmão comigo, mas depois ele tirou a carta de condução e passámos a ir só os dois. Vendia roupa, sapatos e candeeiros. Fazia mais negócio no Norte, Chaves, Bragança e Porto. Aqui na zona fazia Fundão, Guarda, Pinhel e Figueira de Castelo Rodrigo. Deixei de vender por volta dos 45/50 anos, quando o meu irmão se casou, porque não tinha ninguém para ir comigo. Na altura tive que vender tudo o que tinha, o carro, a casa e terrenos, para eu e a minha mãe podermos sobreviver, pois nós sempre vivemos os dois.

Gostava do trabalho que fazia?

Gostava, era o meu ganha-pão. Gostei de conhecer as terras por onde andei.

Há quanto tempo está no Lar?

Vim no início de 2014.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

Era para cá ficar só a minha mãe, mas depois disseram-me que era melhor eu ficar também, e fiquei. Vivía com a minha mãe numa barrquinha, mas não tinha condições. Ainda estive uns dias num Lar em Castelo Branco, mas depois viemos para a Covilhã.

E gosta de estar no Lar?

Gosto sim, toda a gente me trata bem.

Como passa os seus dias no Lar?

Costumo jogar às cartas, ao uno e ao dominó, vejo televisão e às vezes vou dar uma voltinha à rua. Também já fui em alguns passeios, a Fátima, a Valhelhas e ao Jardim do Lago.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim, vêm o meu irmão e a minha cunhada, e uma irmã. Os outros estão todos longe, no Porto e em Coimbra. Também já cá vieram uns sobrinhos e uns tios da minha mãe.

