



NÚMERO 5 | JANEIRO 2015

SANTA CASA da MISERICÓRDIA de TAROUCA

VOZ SOLIDÁRIA



UMA INSTITUIÇÃO
NO TEMPO E NO ESPAÇO



FICHA TÉCNICA

PROPRIEDADE:

SANTA CASA da MISERICÓRDIA de TAROUCA
RUA de SÃO MIGUEL, 3610-143 TAROUCA

COLABORADORES:

Equipa TÉCNICA da MISERICÓRDIA de TAROUCA

COORDENAÇÃO TÉCNICA:

SELMA FERRAZ VINGADA

DESIGN GRÁFICO:

INFORTRAB

CASTANHEIRO do OURO - 962 485 701

PERIODICIDADE:

SEMESTRAL

Depósito LEGAL: 352896/12

ISBN: 978-989-98176-0-9

TIRAGEM:

1000 EXEMPLARES

SUMÁRIO

- 3 - Ajustar o Setor Social - Um Imperativo
- 4 - A Instituição
- 6 - Plano de Atividades e Orçamento - 2015
- 7 - Reunião do Secretariado Regional
- 8 - Assembleia Geral
- 9 - Reunião dos Corpos Sociais
- 10 - A. Almeida Fernandes - Centro de Estudos
- 11 - Homenagem às Funcionárias
- 12 - Natal na Misericórdia
- 16 - Semana Mundial da Amamentação
- 17 - Dia das Bruxas
- 18 - Dia do pijama
- 19 - Projeto Vidas
- 20 - Atividade Física na Terceira Idade
- 21 - Fisioterapia
- 22 - S. Martinho
- 23 - Happy Day e São Miguel
- 24 - Visita a Fátima
- 25 - Dia de Reis
- 26 - À conversa com... *Eva Assunção*
- 27 - Projeto Ler+Jovem
- 28 - Economia - Setor da Saúde
- 29 - A Equipa RSI
- 30 - Voluntariado
- 31 - Mensagem de Natal
- 32 - Exercite o seu cérebro
- 33 - Empresas Colaboradoras



AJUSTAR O SETOR SOCIAL UM IMPERATIVO

Sem querermos emitir resultados de todo um trabalho desenvolvido durante o ano que agora encerra, não deixamos de reconhecer que o encanto mágico das celebrações de Natal tiveram, como sempre, o seu espaço nesta Instituição, atenuou um pouco a pressão que resulta de não se conhecer qualquer alusão oficial a esforços despendidos para se cumprirem compromissos assumidos e detalhados num quadro de respostas sociais a que nos propusemos.

Estamos desta forma a referenciar os Serviços que prestamos às famílias que apresentam um conjunto de situações de dificulda-

de assinaláveis e que, pela nossa proximidade, temos a noção de que algo ainda falha para solucionar estes problemas.

Pelo fato, e dadas as circunstâncias, era suposto que numa altura destas, enquadrada num ano nada fácil para a gestão destas Instituições que têm sentido muito de perto a falta de recursos e também o desconforto de algum sentido de apatia para, em casos pontuais, haver uma melhor redistribuição de meios. Com isto, facilitaria em muito a perceção de que nesta caminhada existe uma preocupação alargada entre as Parcerias e as responsabilidades das Instituições existentes para o desenvolvimento destas matérias tão sensíveis.

Com as dificuldades que conhecemos das Instituições que regulam este Setor, a elas juntando as correspondentes às participações familiares, também estas muito diminuídas, fica-nos a ideia preocupante de um futuro próximo de complicações acrescidas que possam abrir caminhos sinuosos de sustentabilidade deste setor da economia social.

Sentimos chegado o momento de disciplinar um pouco mais o sistema de assistência social, dotando-a de meios que limitem acessos e possibilitem a difusão de uma nova cultura de apoios baseada na responsabilização solidária e na transparência de recursos existentes a nível das famílias beneficiadas.

As Instituições, de uma maneira geral, não dispõem de condições económicas para aguentar a atual situação e mais ainda dentro dos parâmetros de qualidade que se pretendem na prestação de Serviços e que, legitimamente, nos é reconhecida.

Cumprimentos solidários e até breve.

Lucílio Fernando de Assunção Teixeira



Santa Casa da Misericórdia

Uma vida c

**Apoio
à Saúde**

Unidade de Cuidados
Continuados
de Convalescença

Clinica de Fisioterapia
e Reabilitação



**Apoio
à Deficiência**

Lar Residencial
para Deficientes

**Apoio
à Infância**

Creche

Jardim
de Infância

CATL

**Apoio
à Terceira
Idade**

Centro de Dia

Serviço
de Apoio
Domiciliário

Lar de Idosos

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE TAROUCA - Rua de S. Miguel - 3610-143 TAROUCA

dia de Tarouca

dedicada a Si!

Outros Apoios
Sociais

Cantina Social

RSI



Tel. 254 679 410 - Fax. 254 679 413 - Email. santacasatarouca@mail.telepac.pt



Plano de Atividades e Orçamento - 2015

A Mesa Administrativa da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, apresenta a Vs. Exas. o Plano de Atividades e Orçamento para o próximo exercício de 2015, em conformidade com os seus Estatutos/Compromissos.

Com a apresentação destes documentos, pretendemos dar a conhecer os propósitos que se pretendem atingir durante o próximo ano, condicionados a um conjunto de dificuldades económicas que prevemos encontrar para satisfazer muitos dos problemas sociais que afetam o bem-estar de muitas famílias cada vez mais dependentes das Instituições ligadas a todo o setor social.

Neste quadro de dificuldades já muito corrente, esta Misericórdia vai reunindo um conjunto de instrumentos e recursos que lhe têm possibilitado resistir às diversidades conjunturais, através da criação de sistemas administrativos propiciadores de espaços de dinâmicas e engenharias financeiras que fortaleçam o rigor e o permanente combate ao desperdício.

Com algum sentido de esperança, estávamos convencidos de que, decorridos estes tempos, as dificuldades associadas e geradoras dos problemas económicos do País e de todos nós, tivessem mudado por forma a permitirem a confiança necessária para aliviar as incertezas resultantes dos compromissos assumidos, face às difíceis dificuldades de tesouraria em que de uma maneira geral nos encontramos que dão uma perspectiva de menor conforto em todo o processo relacionado com a sustentabilidade do sistema social em que vivemos.

O Plano de Atividades e Orçamento que elaboramos para este exercício e que apresentamos a Vs. Exas. para apreciação e aprovação, teve como principal vetor este conjunto de preocupações, pelo que não representa certamente o desejado, mas o possível.

A falta de recursos que sabemos existirem, vai impedir a atualização dos Protocolos com

a Segurança Social, atrasos nos pagamentos pelo Ministério da Saúde, a falta de liquidação dos compromissos da Câmara Municipal, bem como agudiza os atrasos nos pagamentos de mensalidades e complementos familiares. Destas situações resulta que qualquer Instituição que não disponha de rendimentos próprios, inviabiliza- a de desenvolver qualquer sonho que a leve a apresentar outros valores e objetivos, neste caso na área dos investimentos.

Não obstante, esta Instituição, comungando das dificuldades de algumas famílias, secundadas pela Autarquia Local e o Centro Regional da Segurança Social de Viseu, deu início ao processo de licenciamento e funcionamento de um C.A.O. voltado para o Apoio à Deficiência, nas instalações em que funcionou a Creche dita “Cantinho Encantado”. O funcionamento desta valência tem como parceiros diretos a Segurança Social e a Autarquia, nos termos ainda a acordar.

Assim os valores totais e parciais deste Orçamento em muito se assemelham aos exercícios de anos anteriores. O orçamento que apresentamos para o próximo ano de 2015 totaliza um valor global de 2.529.500,00 €, nele constando um saldo positivo que se prevê de 40.060,00 €. Este valor teve apenas um acréscimo de 7.5 % devido a nele estar incluído as verbas resultantes do previsto funcionamento do C.A.O., destinado a Utentes portadores de deficiência e que totaliza o valor de 198.600,00 €.

As verbas incertas no Orçamento que ora apresentamos correspondem ao somatório de limitações e ponderações a que nos obrigamos, face aos constrangimentos que a própria situação económica em que vivemos nos obriga. Não esteve na nossa agenda qualquer corte que pudesse, de alguma forma, colocar em causa a qualidade dos serviços que prestamos, bem como reservas que resultem de pressupostos relacionados com tomadas de medidas de exceção para o desenvolvimento sustentado da Instituição,

perante cenários de dificuldades económicas acima das calculadas.

Estamos cientes das dificuldades atuais, como do seu esperado agravamento. Os problemas económicos dos Utentes e dos seus familiares têm-se sentido com mais frequência e amplitude. Todavia, a Misericórdia não deixará, como sempre o fez, de encontrar respostas adequadas para fazer face a estas circunstâncias.

Neste campo de dificuldades em que vive a economia social sabemos do muito que temos a desenvolver para lhe fazer face. Como dirigentes dos Órgãos Sociais desta Instituição, sabemos que a nossa experiência de vida neste setor e que, conjuntamente com os valores profissionais do nosso património de recursos humanos, ao serviço na Instituição, vão pesar nas decisões que em certas alturas devemos tomar.

Vamos incentivar, através da Rede Social, outras Instituições de solidariedade social do nosso concelho para o desenvolvimento de tarefas integradas, para melhor rentabilização dos recursos disponíveis. É nossa convicção de que este caminho deverá ser seguido sem ferir a autonomia de cada Instituição ou Associação.

No próximo ano de 2015, vamos mais uma vez conseguir enfrentar os problemas das nossas famílias mais desfavorecidas, através de respostas de qualidade e com a eficiência que pretendemos para a sustentabilidade de uma Instituição que preza pela qualidade dos seus serviços e pela confiança que as famílias e entidades deste Concelho em si depositam.

Santa Casa de Tarouca, Outubro 2014

O Provedor,

Lucílio Fernando de Assunção Teixeira



Reunião do Secretariado Regional da UMP - Viseu

Realizou-se no dia 12 de dezembro, mais uma reunião do Secretariado Regional da UMP- Viseu. Esta teve lugar nas instalações da Creche Nova Esperança - “A Casinha de Chocolate” da Santa Casa da Misericórdia de Tarouca que desta vez, teve o privilégio ser anfitriã.

Neste encontro estiveram presentes várias Misericórdias do Distrito com o objetivo de apresentarem e discutirem caminhos e estratégias de evolução para as Misericórdias em questão. Cada uma das Misericórdias presente pode apresentar as suas questões e dificuldades, bem como alguns projetos, salientando a importância do papel da UMP para as mesmas, concluindo ainda que as suas situações particulares, no fundo são singulares a todas

A reunião terminou com almoço de confraternização entre os representantes das Misericórdias, que teve lugar na Casa Do Paço, em Dálvares.





Atribuição de Medalhas de Mérito e Serviços



Em reunião da Assembleia Geral desta Santa Casa da Misericórdia, foi apresentada pelo seu Provedor uma proposta destinada à atribuição de Medalhas de Mérito e Serviços, aos membros que ao longo dos tempos fizeram ou ainda fazem parte dos seus Órgãos Sociais.

Pela importância do ato, reproduzimos alguns excertos de intervenções produzidas em defesa dos valores solidários contidos na proposta apresentada nesta Assembleia Geral:

“O Sr. Provedor apresentou uma proposta de atribuição aos diversos membros dos Órgãos Sociais que por esta Casa têm passado, dando o seu contributo para que a Misericórdia de ontem tenha continuado a sua caminhada dentro de perspetivas de futuro sustentado e de desenvolvimento em prol das necessidades sociais que nos tempos se sentiram e continuam a sentir neste concelho, que é a ocasião mais propícia para distinguir essa gente através do reconhecimento dos seus méritos e serviços, através da atribuição de uma Medalha de Prata “

Diz que através desta singela homenagem, a exemplo das prestadas aos funcionários com dez e vinte e cinco anos de serviços, a Misericórdia presta um serviço a si própria.

O Sr. Presidente da Mesa da Assembleia Geral, acolheu de bom grado esta proposta, pois também lhe parece que

qualquer elemento que desempenhe funções ao serviço de pessoas economicamente mais enfraquecidas, estas devem ter o prémio consequente das atitudes de vida que disponibilizam em favor do próximo. Acrescentou ainda que esta homenagem também a ele seja estendida dado ser o rosto visível da

Misericórdia há muitos anos a esta parte. Em jeito de sugestão avançou com uma solução, pese embora já lhe tenha sido atribuída a Medalha de Ouro de Mérito e Serviços da Misericórdia, a construção de um busto que marque o Homem e o Tempo, bem como a própria História contemporânea da Misericórdia.



O Sr. Presidente do Conselho Fiscal afirmou que esta proposta tem toda a conveniência por representar um reconhecimento e ao mesmo tempo uma questão de justiça para quem tem desempenhado funções num quadro de disponibilidade e voluntariado. Quanto ao reconhecimento do trabalho do Sr. Provedor, diz que a Assembleia tem de considerar que a ele se deve o que hoje representa para o desenvolvimento do concelho em geral e dos problemas sociais em particular. Afirma que não é nada demais que a Assembleia delibere

no sentido de ser colocado um busto em homenagem a um Provedor que deve ser apontado como um exemplo a seguir dada a sua condição de ter acompanhado de forma persistente e empenhada todo o trajeto da Misericórdia.

A Sra. Professora Rosália disse que o caso do Sr. Provedor deve ser considerado de uma forma singular dado tratar-se de alguém que dedicou uma vida à Misericórdia, através do desempenho de um trabalho meritório, mostrando sempre disponibilidade para encontrar as melhores soluções não só para os interesses da gestão da Misericórdia como para os problemas de muitas famílias que sempre o preocuparam e para as quais de uma maneira em geral arranja respostas imediatas. Portanto diz que a homenagem ao Sr. Provedor faz todo o sentido

pelo desempenho dos diversos cargos que assumiu, como também faz sentido a atribuição da medalha de mérito aos restantes membros dos Órgãos Sociais, que sempre o acompanharam no desenvolvimento da Instituição

Terminadas as intervenções, o Presidente da Assembleia Geral com o acrescento da homenagem ao Sr. Provedor, colocou esta proposta à votação da Assembleia Geral, que a aprovou por unanimidade e por aclamação.

Em resposta, o Sr. Provedor afirma que se sente muito agradecido pelas palavras proferidas e pela aprovação do seu propósito. Agradece à Assembleia Geral a disponibilidade e sensibilidade que demonstrou para que este ato venha a ocorrer. Reafirma o seu sentido de que a riqueza maior pertence a quem dá e menos a quem recebe. E assim, entende que esta deliberação veio dar um novo alento ao futuro da Misericórdia e um acréscimo de mérito a quem se disponibiliza para participar na vida da Instituição.”



**Resenha
do Jantar/Convívio
de 23/dezembro/2014**

MEMBROS DOS ÓRGÃOS SOCIAIS E ENTIDADES CONVIDADAS

Como tem sido habitual, a Misericórdia realizou, no Lar de Idosos, um jantar/convívio entre os membros de todos os Órgãos Sociais e Técnicos da Instituição, tendo sido convidados para estarem presentes o Executivo da Câmara Municipal e Assembleia Municipal e Presidentes das Juntas de Freguesia do concelho.

No decurso deste convívio usou da palavra o Sr. Provedor, em que agradeceu a presença de todos e deu a conhecer alguns aspetos da importância da Instituição para o bom acolhimento solidário das famílias. Da importância que esta Instituição representa para o desenvolvimento do concelho a outros níveis, como o económico a partir dos já assinaláveis postos de trabalho, como o significativo número de Valências em funcionamento, nas mais diversas áreas, começando na criança, no Idoso, na Saúde e na reabilitação.

Deu assim um sinal de esperança para um concelho que em seu entender dispõe de uma rede Social significativa, e da qual a Misericórdia está a assumir cerca de 80 % das respostas suscitadas e julgadas necessárias.

Termina louvando todos os colaboradores da Instituição pela qualidade dos Serviços que desempenham e bem assim a disponibilidade imediata que a Misericórdia tem para respostas sociais emergentes e a colaboração sempre dispensada junto dos seus parcei-

ros, nomeadamente Segurança Social e Instituições Locais pela sua importância no desenvolvimento de políticas de maior proximidade.

Usou da palavra o Sr. Presidente da Assembleia Municipal que reforçou a importância da Santa Casa no desenvolvimento do concelho. Da sua importância junto de famílias com dificuldades pela excelência dos Serviços que presta a Tarouca e também no âmbito da empregabilidade o que a qualifica de uma Instituição imprescindível.

Expressou uma palavra de apreço à Mesa Administrativa e em particular ao seu Provedor como referencia no desenvolvimento deste setor e como primeiro responsável pela dinâmica e importância desta Instituição.

Adentou que nesta área ainda há muito a fazer, estando certo que é possível imprimir novas políticas e novos conceitos de serviços.

O Sr. Presidente da Câmara agradeceu o fato da Misericórdia ter promovido este encontro com as autoridades concelhias possibilitando a discussão dos problemas relacionados com o setor social, como para a sensibilização dos presentes junto de um processo social ao qual todos devem dar a sua participação.

Manifestou a sua satisfação pelo trabalho exercido pela Misericórdia através de um conjunto de grandes profissionais, como pelo trabalho e dedicação de quem tem a responsabilidade de gerir uma Casa que



em seu entender é da maior importância para respostas sociais complexas, como para o próprio desenvolvimento do concelho dentro do setor económico, e daquilo que se espera através de dinâmicas que elevem o bem-estar e a esperança das nossas populações.

Termina, agradecendo ao Sr. Provedor a disponibilidade sempre demonstrada para estar junto das pessoas e na colaboração com os parceiros sociais deste concelho.

Manifestou a sua vontade e disponibilidade para continuar solicito junto das Instituições do concelho, e para com elas atingir as metas a que a Câmara Municipal, que não difere das perspetivas da Misericórdia, para quem o concelho lhe dedica uma especial atenção de carinho e de reconhecimento pelo trabalho que vem desempenhando.





A. de Almeida Fernandes - Atalhos e Retalhos



Quando, nas manhãs de verão, a porta da casa de férias do Dr. Armando de Almeida Fernandes se abria num ranger peculiar, a minha irmã e eu, ainda ensonadas, entrávamos para brincar com o seu neto, também ele de tenra idade. E só regressávamos ao nosso chão, à nossa casa, mesmo ao lado, quando a noite descia, num aviso sério de que já eram horas. Era sempre assim!

É verdade, a sua obra é vasta e a sua matéria rica. Enaltecer o historiador fidelíssimo aos factos históricos, evocar o prosador de mão absoluta e o poeta de fervor sentimental, sem deixar de ser, ao mesmo tempo de um lirismo encantador, nunca será demais. Porém, não é essa parte que aqui me ocupa, dessa, outros se ocuparam e vão continuar a ocupar, decerto com elevado saber. Quero, antes, partilhar com o leitor interessado o lado, igualmente interessante, do Dr. Armando de Almeida Fernandes. Um lado menos formal, mais íntimo, não deixando de ser um homem discreto, de poucas palavras, um soberbo ouvinte, um homem de visão, de fé. Um ser humano de reta consciência! Ele que um dia, com a serenidade de um profeta,

me disse que não há mal algum em ser-se um “Soldado Desconhecido”.

É, portanto, com entusiasmo e carinho, que o relembro, no seu passo breve, longe dos alaridos da publicidade, com os seus óculos escuros, envergando o seu habitual casaco pelos ombros.

Almeida Fernandes era um imaginativo profundo, semeando à sua volta o fascínio pelo seu silêncio. Silêncio que não podemos confundir com solidão!

Mesmo em tempo de férias, levantava-se muito cedo para escrever na sua lustrosa máquina.

Pela manhã, descia ao quintal. Gostava de sentir o sol da manhã, coado pela folhagem da ramada, e de inspirar o perfume inconfundível das ervilhas de cheiro. Depois, deambulava pelo jardim, fitava o horizonte, subia outra vez ao segundo andar e o fragor amoroso das teclas da máquina de escrever espalhava-se pela casa. Gostava de refeições leves. Sentava-se à mesa só depois da sopa estar servida e a sala perfumada com o seu cheiro único, que também guardo em mim.

Era pela tarde que se predispunha para o convívio, talvez pelo cansaço do dia que começara cedo. E, sem uma ruga de artifício, eram muitos os conselhos que dirigia ao neto e que se estendiam também a nós, a mim e à minha irmã:

- Não devemos fustigar a natureza. As flores bravas dos caminhos, aquelas que poucos vêem, também têm beleza, e nem precisam da mão do homem. Já sentiram o bater do coração de um passarinho quando o têm nas mãos? Abram, sem demora, a gaiola à pobre ave. O vosso compromisso é estudar e brincar. Mas, não têm que treinar a escrita com a mão esquerda, se escrevem com a mão direita. Os antigos professores faziam isso, um erro que não se admite! - Dizia o nosso Professor.

A sua tristeza era elevada ao infinito quando, à frente dos seus olhos, deflagrava um incêndio. Parecia que um pouco de si sucumbia.

Foi com a ajuda da sua mão que plantámos uma cerejeira brava, que depois, para nos sensibilizar a protegê-la, dizia que cresceria e que daria a melhor madeira para fazermos as nossas secretárias, quando fôssemos doutores. A cerejeira continua a crescer, como se o céu seja o limite!

Os passeios de fim de tarde eram geralmente longos, sempre na companhia da sua dedicada esposa. É que é justíssimo dizer que, por detrás deste grande Homem, estava também uma grande Mulher: a esposa, a mãe, a professora primária, a mãe da escola, que dava voz àqueles que ainda hoje têm menos voz: as crianças. Seguindo por caminhos velhos, onde a natureza mantinha a sua traça original e ancestral, iam até à mata, de “Mendinho”.

Almeida Fernandes admirava os cenários naturais, apreciava-os longamente com extrema sensibilidade e respeito. Gostava de respirar a brisa fresca da mata, de ouvir o canto das aves livres, e deliciava-se com os grilos que gritavam os seus pizzicatos. E hoje, hoje sei que trazia consigo todo aquele tesouro de belíssimas imagens, para as descrever com riqueza de imaginação, cores e sons.

No terminus das férias escolares, regressava com a família à Meadela, Viana do Castelo, aproximava-se de mim, entregava-me uma nota de cem escudos, onde, numa das suas extremidades, em letra muito pequenina e a lápis de carvão, estava escrito: Anabela. Depois, com voz mansa, dizia: «É para o teu material escolar. Nunca te canses de estudar, o saber não ocupa lugar.»

É este o Homem que relembro, sempre que olho para a nossa cerejeira!

Por fazer parte de mim, parte de nós e da nossa história só podemos dizer, bem haja **Armando de Almeida Fernandes!**

Coimbra, 15 de janeiro de 2015.
Anabela Coelho



Homenagem às Funcionárias Medalha de Mérito pelos 10 anos de serviço



Enquadrada nas festividades maiores da Instituição, que é a celebração do Natal, foi solenizada a homenagem às funcionárias desta Misericórdia pelos 10 anos de serviço prestado. Esta homenagem, ficou marcada pela atribuição da medalha de mérito profissional, que há mais de uma década é vista como o reconhecimento da sua dedicação e empenho em prol dos Utentes da Instituição.

Exmo Senhor Provedor
Exmos Senhores Mesários
E Exmos Elementos dos Corpos Directivos da Misericórdia
Exmos Senhores Convidados
Minhas Senhoras e meus Senhores
Caríssimos colegas

Este é um momento de especial alegria.

Sendo para nós uma enorme honra trabalhar nesta Instituição, é com muito orgulho que vemos completa uma década de trabalho nesta casa que tem como missão o bem servir o próximo, através de serviços de elevada qualidade. É uma instituição que tem promovido ao longo dos tempos, relações de respeito e cooperação com a sociedade. Desempenha um importante papel no compromisso de cidadania, com o sentido ético que as políticas sociais exigem. A sua acção reveste-se de trabalho com amor ao próximo e serviço de afectos.

Enquanto funcionárias estamos convictas de que tudo temos feito para que, em colaboração com esta magnífica equipa em que estamos inseridas, servir, cada dia mais e melhor, todos os nossos utentes. Temos pautado a nossa atuação pelos valores da ética, honestidade, dentro dos princípios da legalidade, mantendo sempre uma atitude responsável, comprometida, disciplinada e colaborativa com todos.

Contudo estamos certos que mais e diferente podemos fazer para isso temos de valorizar o passado par construir o futuro. Assim encaramos o futuro com um sorriso nos lábios e com vontade de, convosco, sempre imbuídos de espírito de equipa e de missão, ajudar esta tão nobre Instituição a crescer e a promover serviços de Excelência em prol do bem estar dos outros.

Não podemos deixar, neste momento, de destacar todos aqueles que contribuem para que o nosso trabalho seja proficuo e que os nossos serviços cheguem, a cada dia que passa, com mais qualidade, a mais pessoas e geograficamente mais longe. Falamos do Sr. Provedor, dos senhores mesários, de toda a equipa administrativa, de toda a equipa de técnicos especializados, bem como dos restantes colaboradores desta casa.

É convosco e com a experiência de todos os dias, que nós temos crescido como pessoas e como profissionais.

A todos muito bem haja.

*Carla Filipe Vieira Pinto
Quênia Maria dos Santos
Carla Cristina Ferreira Lopes Nogueira
Helena Flávia Fidalgo Fonseca
Ana Luísa Dias da Silva Pavante do Patrocínio*

Tarouca, 19 de Dezembro 2014





Natal na Unidade de Saúde

Natal é tempo de reflexão de reunião de família. É tempo de estar presente e distribuir amor.

Foi com este espírito que a Unidade de Cuidados Continuados e Lar Residencial da Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, proporcionaram a todos os seus utentes, famílias, convidados, colaboradores e Mesa Administra-

tiva, um dia de harmonia, compressão, paz, solidariedade e amizade.

A tarde de treze de dezembro foi vivida com muita alegria, permitindo aos utentes e colaboradores espalharem o carinho e cumplicidade existentes na Instituição. Partilhando assim com Todos os presentes o Nosso Natal.



Natal no Lar de Idosos

No dia 19 de dezembro, a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, comemorou, no Lar de Idosos “Nossa Senhora do Socorro”, o Natal!

Este ano o tema escolhido para a tarde cultural foi o Circo e como tal contamos com muita animação. Estiveram presentes inúmeras artes circenses, nomeadamente: dança, palhaços, teatro, ilusionismo, animais amestrados e, como não podia deixar de ser, o Auto de Natal encenado pelos Utentes.

A tarde foi passada com muita alegria e boa disposição que se refletia nos rostos de quem assistia e também nos de quem participava.

Depois da tarde cultural foi realizada a missa e o jantar de Natal com todas as Entidades, Utentes e Colaboradores.

Durante o jantar, foram homenageadas seis colaboradoras com a medalha de mérito pelos 10 anos de serviço à Ins-

tituição, considerando-se este um dos pontos mais marcantes.

Nesta festa estiveram presentes vários convidados, destacando-se a presença do Gerente da Agência BPI Tarouca, do Padre Matias, Diretor do Centro Social e Paroquial de Várzea da Serra, do Presidente da Câmara Municipal de Tarouca, do Presidente da União de Freguesias Tarouca-Dálvares, do Diretor do Centro Escolar de Tarouca, assim como dos Órgãos Sociais da Misericórdia.

Nas palavras que proferiu, o Sr. Provedor agradeceu o empenho de todos os colaboradores que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização desta festa, terminando com os votos de um Feliz Natal e um Bom Ano 2015.

Dos Colaboradores o nosso muito obrigado a todos e em especial à Mesa Administrativa por todo o apoio prestado.





Mundo da Fantasia na Festa de Natal da Creche e Jardim de Infância

Neste mês de dezembro a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca celebrou mais um Natal com as suas Crianças.

Como forma de realçar esta data comemorativa, as crianças da Creche e as crianças de 3 e 4 anos do Jardim de Infância, vestiram-se a rigor para celebrar o Natal na companhia dos seus familiares e de toda a Instituição.

A festa teve como tema o “Mundo da Fantasia” recriando várias personagens do universo infantil, tendo sido vivenciada por todos com muita cor e alegria, bem visível nos rostos das nossas crianças e convidados.

A azafama foi muita, mas o resultado foi fantástico! Obrigada a todos os que conosco viveram este dia.



“Disco-night Christmas”

Dando continuidade aos festejos natalícios, os 5 anos do Jardim de Infância e o CATL, viveram uma grande noite de discoteca, recriando os grandes hits, desde os anos 80 até aos dias de hoje.

Viveram-se momentos de grande romantismo aliados a momentos de loucura e euforia, próprios do tema escolhido.

As envolvências das Crianças na preparação da festa foi enorme encarnando as personagens com grande responsabilidade e realismo, que com o decorrer do espetáculo mostraram que são diamantes em bruto que facilmente se deixam lapidar.





Semana Mundial da Amamentação

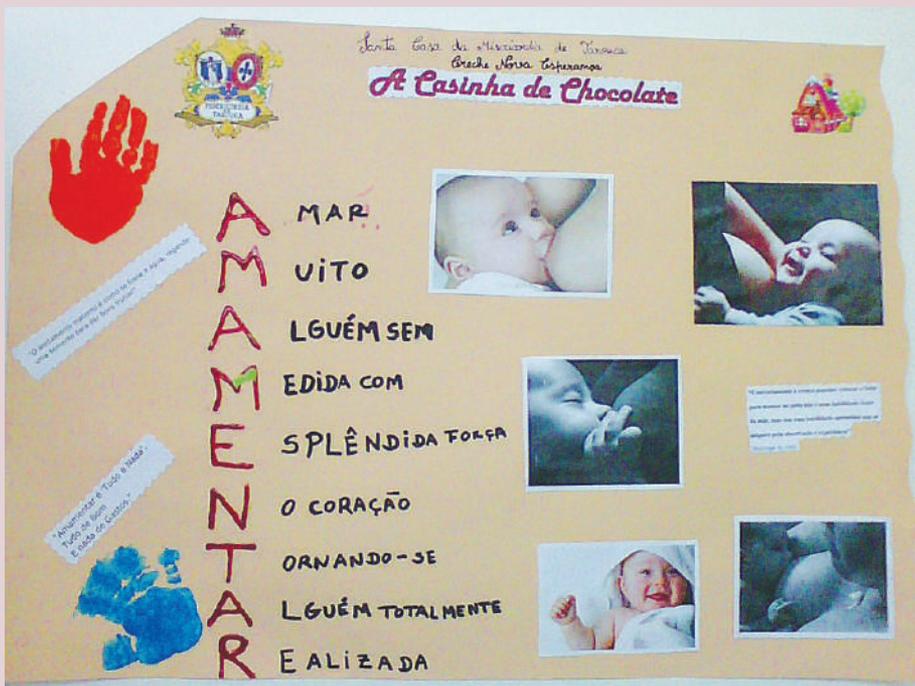
Decorreu de 6 a 12 de Outubro a Semana Mundial do Aleitamento Materno (SMAM). Esta iniciativa teve como objetivo promover a importância do aleitamento materno junto da comunidade, pelo que numa parceria com a Unidade de Cuidados na Comunidade de Tarouca esta Misericórdia também levou a efeito várias atividades.

Esta temática começou por ser trabalhada no Setor da Educação, através de ações de sensibilização e da realização de vários trabalhos de expressão plástica que envolveram alunos, professores e a família, tendo-se obtido excelentes resultados pelo que, na impossibilidade de selecionar os melhores, todos os trabalhos estiveram durante a semana assinalada em exposição no Centro Comercial Dolce Vita, em Vila Real.

Ainda no âmbito das comemorações da semana da amamentação e na mesma parceria, realizou-se um workshop subordinado aos temas “Importância da Amamentação Materna” e “Incontinência Urinária”, este último mais dirigido para a incontinência pós-parto, como forma de promover a saúde e qualidade de vida.

Estas iniciativas tentaram sensibilizar toda a comunidade para a importância da amamentação nos primeiros meses de vida, realçando o vínculo entre a mãe e o seu bebé e os benefícios que este ato traz para ambos.

É também importante referir que o aleitamento materno traz inúmeras vantagens quer em termos económicos, quer em termos ecológicos.



O Dia das BRUXAS

Doçura ou travessura?! Chegou o Dia das Bruxas. É o Halloween!

E a pensar neste dia, foi pedido aos pais das crianças da Creche Nova Esperança, “Casinha de Chocolate” que, com os filhos em casa, fizessem um objeto alusivo ao tema. Em resposta a este pedido fizemos uma exposição de trabalhos fantasmagóricos e assustadores, cheios de originalidade trazidos pelas crianças.

No dia 31 de Outubro, as crianças mascararam-se com visuais assustadores e pinturas faciais alusivas ao dia das Bruxas. Pela manhã, os meninos da creche foram fazer uma visita ao Lar de Idosos, na qual tiveram a possibilidade de interagir com os mesmos, podendo assim colorir o dia de todos os Idosos institucionalizados.

Foram muitas as travessuras feitas pelas nossas crianças, e muitas as doçuras recolhidas pelas mesmas.

À tarde, na creche o divertimento continuou... e fizemos a promessa de que para o ano há mais!





Dia Nacional do Pijama[®] EDIÇÃO 2014

O Dia Nacional do Pijama celebrou-se na nossa Instituição a 20 de novembro com a finalidade de suscitar nas crianças o sentido da solidariedade. É um dia educativo onde se incentiva à colaboração solidária das crianças para ajudarem outras crianças. Assim, foi solicitada a colaboração de todas as famílias para a recolha de fundos monetários colocados numa casinha mealheiro (casa dos pijamas) previamente construída pelas crianças.

crianças”), recheado de muita alegria e harmonia, representativo do dia mágico que vivenciaram.

O Dia Nacional do Pijama foi uma grande experiência educativa, onde nos é permitido brincar e educar pedagogicamente para os valores sociais, promovendo a vida em solidariedade. Constituiu também, um momento de partilha e colaboração entre a instituição educativa e a família, envolvendo-se ambas as partes nesta causa.



Neste dia, as crianças da Instituição, vieram vestidinhas a rigor com o seu pijama bem quentinho e acompanhadas do seu mealheiro, assim passaram o dia, bem aconchegados em atividades lúdicas. Seguiu-se um lanche convívio onde se juntaram as várias valências da educação (Creche “Casinha de chocolate” e Jardim de Infância “A magia de

Um dia para mais tarde recordar!

Edu. Marta Edu. Sofia Prof. Dora



No passado mês Novembro teve início na Santa Casa da Misericórdia de Tarouca no Lar Nossa Senhora do Socorro o “Projeto Vidas – Valorização e Inovação em Demências”, cujo objectivo geral é avaliar e adaptar Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI), de forma a otimizar os cuidados aos utentes, em especial aos com defeito cognitivo e demência. É coordenado pela União das Misericórdias Portuguesas (UMP) e financiado pelo Programa Operacional de Potencial Humano (POPH). Este projecto assenta em três pilares essenciais: Investigação, Formação e Arquitectura/Ambiente. Na componente da Investigação serão realizados dois estudos: o primeiro visa a contribuir para a caracterização da população residente nas ERPI’s, quanto à prevalência de defeito cognitivo e demência, o segundo pretende contribuir para a avaliação da intervenção no âmbito da formação integrante do projecto. A componente da Formação tem o objectivo de capacitar os profissionais das

ERPI’s nas suas diferentes áreas de actuação para o reconhecimento e resposta adequada às necessidades dos utentes com demência e sua família. Na componente Ambiente/arquitetura, pretende-se maximizar a funcionalidade dos utentes com defeito cognitivo e demência através da adaptação e potenciação do ambiente envolvente.

Na SCM de Tarouca já decorreu com sucesso, o primeiro estudo da componente de Investigação (avaliação cognitiva e funcional dos utentes), encontrando-se neste momento os técnicos e ajudantes envolvidos na formação.

Autoria Dra. Samantha Brazinha
(*Psicóloga Clínica e da Saúde*)





Importância da Atividade Física na terceira idade

É notório que o número de indivíduos que atingem a terceira idade tem vindo a aumentar de forma constante ao longo dos tempos, levando a um envelhecimento demográfico muito acentuado. Segundo o Instituto Nacional de Estatística, “a população com 65 ou mais anos, residente em Portugal, aumentará de 2 033 para 3 043 milhares, entre 2012 e 2060”.

Com o avançar da idade, o ser humano vai perdendo algumas das suas capacidades mais básicas, quer a nível cognitivo como motor. Este fato leva a que a independência dos sujeitos fique comprometida, tornando-se incapazes de realizar as mais diversas atividades da vida diária. A atividade física é um instrumento fundamental para atenuar os declínios verificados no processo normal de envelhecimento, proporcionando uma melhor qualidade de vida aos idosos e familiares¹.

De uma forma geral, a prática regular de atividade física, devidamente acompanhada por um profissional, atua como

forma de prevenção e reabilitação da saúde do idoso, fortalecendo as capacidades de resistência, equilíbrio, flexibilidade e força, bem como as capacidades cognitivas². Uma melhoria ou manutenção destas capacidades permite que o idoso se mantenha ativo e autónomo na realização das suas atividades diárias, diminuindo o risco de aparecimento de muitas doenças e problemas de saúde comuns na velhice (doenças cardiovasculares, hipertensão arterial, depressão, osteoporose, fraturas ósseas e diabetes).

Segundo vários autores, entre muitos outros benefícios destacam-se:

- Melhoria da circulação sanguínea, permitindo uma redução dos níveis de hipertensão arterial e risco de doenças cardiovasculares;
- Melhoria no controlo da diabetes;
- Ajuda no controlo do peso corporal;
- Aumento da capacidade de reação;
- Melhoria da coordenação motora e equilíbrio, mantendo a capacidade de mobilidade;
- Ganhos de força muscular e de massa óssea, fundamentais para diminuir o risco de queda;

- Retarda o risco de osteoporose;
- Melhoria ao nível da memória, concentração e atenção;
- Promove o contacto social, diminuindo a solidão;
- Promove o bem-estar psicológico e satisfação com a vida, diminuindo os níveis de depressão, stress e ansiedade.

Desta forma, conclui-se que uma prática regular de atividade física acarreta efeitos positivos na vida do idoso. Além de melhorar ou manter as capacidades básicas para uma vida independente e com qualidade, diminui a dependência de terceiros e a mortalidade prematura.

1 - Souto, S. (2012). *Níveis Psicológicos e Cognitivos em Gerontologia: Impacto de um Programa de Atividade Física na Satisfação com a Vida, Depressão e Função Cognitiva em Idosos Ativos*. Tese de Doutoramento, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal.

2 - Botelho, R. (2002). *Efeitos da prática da atividade física sobre a Aptidão física de adultos idosos*. Tese de Mestrado, FCDEF, UP.

No processo de envelhecimento, a manutenção das capacidades físicas é fundamental para que a autonomia seja mantida o máximo tempo possível. Sem dúvida que esta estimulação favorece um melhor desempenho nas atividades quotidianas.

Foi com este objetivo de intervenção que a Instituição concorreu aos prémios BPI Seniores e foi premiada com o projecto “ativAR” – Parque Sénior.

As atividades físicas e recreativas desenvolvidas neste espaço contribuem para que os idosos mantenham a sua saúde e também uma ideologia de envelhecimento ativo.





O que é a IU?

A Organização Mundial de Saúde considera a Incontinência urinária (IU) um problema de saúde pública, que atinge homens e mulheres; assim como a incontinência anal, os prolapso das disfunções sexuais; têm grande impacto negativo na qualidade de vida.

A fisioterapia uroginecológica é um tratamento eficaz para as disfunções do períneo e serve também como forma de prevenção.

Classificação

Tem perdas ao rir, espirrar, tossir ou levantar pesos?

O seu problema é incontinência urinária de esforço (IUE). Este é o tipo mais frequente de problemas urinários

Perde Urina? Venha tratar-se !!

nas mulheres. Acontece quando os músculos do pavimento pélvico que suportam a bexiga enfraquecem.

É mais frequente (1 em cada 4 mulheres) durante a gravidez, depois do parto e depois dos 40 anos, podendo, contudo, ocorrer em mulheres de qualquer idade.

Por vezes, tem vontade súbita de urinar?

Então tem incontinência de urgência, também designada bexiga hiperactiva. Isto é quando se sente uma vontade súbita de urinar e a bexiga liberta urina involuntariamente.

Pode ter sintomas mistos

Algumas mulheres têm incontinência mista. Normalmente, trata-se de uma combinação de incontinência de esforço e de incontinência de urgência. Se tiver os dois tipos de problemas urinários vai notar que um predomina sobre o outro.

O que devo fazer?

Dirigir-se a um Fisioterapeuta especializado na área.

Factores de Risco

- Idade
- Obesidade
- Trauma do assoalho pélvico
- Tipo de Parto
- Peso do recém-nascido
- Menopausa
- Cirurgia ginecológica
- Obstipação intestinal
- Doenças crónicas
- Tabagismo
- Factores hereditários
- Entre outros.

70%
das mulheres
voltam a conseguir
controlar a bexiga



MARQUE JÁ A SUA CONSULTA!

Clínica de Fisioterapia da
Santa Casa da Misericórdia de Tarouca

Av. Dos Restauradores Bloc. 2 R/c
3610 – Tarouca
Tel: 254 677 404



As tradições do dia de São Martinho

O dia de São Martinho festeja-se um pouco por toda a Europa, mas as celebrações variam de país para país. A tradição em Portugal é fazer um grande magusto, beber água-pé e jeropiga. É nesta época, também, que se prova o novo vinho, produzido com a colheita do ano anterior. Como diz o ditado popular, “no dia de São Martinho, vai à adega e prova o vinho”.

De acordo com alguns autores, como José Leite de Vasconcelos, nosso conterrâneo, e Ernesto Veiga de Oliveira, a realização dos magustos remonta a uma antiga tradição de comemoração do Dia de Todos os Santos, onde se acendiam fogueiras e se assavam castanhas.

A lenda de São Martinho



Num dia frio e chuvoso de inverno, Martinho seguia montado a cavalo quando encontrou um mendigo. Vendo o pedinte a tremer de frio e sem nada que lhe pudesse dar, pegou na espada e cortou o manto ao meio, cobrindo-o com uma das partes. Mais à frente, voltou a encontrar outro mendigo, com quem partilhou a outra metade da capa. Sem nada que o protegesse do

frio, Martinho continuou viagem. Diz a lenda que, nesse momento, as nuvens negras desapareceram e o sol surgiu. O bom tempo prolongou-se por três dias.

Na noite seguinte, Cristo apareceu a Martinho num sonho. Usando o manto do mendigo, voltou-se para a multidão de anjos que o acompanhavam e disse em voz alta: “Martinho, ainda catecúmeno [que não foi batizado], cobriu-me com esta veste”.

O Nosso São Martinho

Reaprender a viver, a pensar e a sentir no interior de uma tradição é um elemento vital da busca dos valores autênticos que cada um dos nossos Utentes viveu.

No sentido de festejar esta tradição, a Misericórdia juntou todos os seus Utentes no Lar de Idosos Nossa Senhora do Socorro, no dia de São Martinho.

A azáfama começou logo pela manhã, onde alguns idosos e funcionários “chincavam” as castanhas enquanto outros davam asas à imaginação e construíam pequenos castiçais, com ouriços, para embelezar a sala que viria a ser o centro do convívio.

“Quentes e Boas” chegavam as rainhas da festa pela hora do lanche... o cheiro, talvez, chamou todos os colaboradores e alguns elementos da Mesa Administrativa que se juntaram a este convívio e momento de partilha entre todos os presentes.

Alegria e animação também não faltaram... nem a promessa:

“Para o ano há mais!”





Happy Day 2014

A Santa Casa da Misericórdia de Tarouca no dia 29 de Agosto de 2014 abriu as portas para o evento "HAPPY DAY Solidário". Este evento tinha como missão envolver a população com a Misericórdia, com o objetivo de viver o momento de uma forma alegre, com boa disposição sem esquecer

o espírito solidário pretendido.

A abrir a noite esteve presente o grupo Nortada com a sua música tradicional, seguindo o DJ Hibrahim que fez aquecer as camadas mais jovens.

Esta festa foi repleta de alegria, música, dança e bons petiscos, onde todos os participantes se envolveram

no espírito festeiro, mostrando satisfação em fazer parte desta iniciativa.

Mais uma vez, a Misericórdia agradece a todos os patrocinadores e colaboradores deste evento.



São Miguel 2014

Durante a última semana de Setembro de 2014, a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, como não poderia deixar de ser, participou mais uma vez nas festas de S. Miguel.

Nesta semana a Misericórdia saiu à rua com um expositor, demonstrando os trabalhos manuais realizados durante o ano, pelos nossos Utentes e Voluntários.

Esta é uma forma de dar a conhecer à população o trabalho, dedicação e gosto pelos ateliers realizados na nossa Instituição, sendo estes um fator motivante para os nossos Utentes se sentirem ativos na sua vida quotidiana.

Apesar da chuva, no dia do tradicional cortejo, os Idosos e os Utentes do Lar Residencial assistiram entusiasmados à passagem dos figurantes.

No próximo São Miguel, a Misericórdia voltará a marcar presença nestas festividades!





VISITA AO SANTUÁRIO DE NOSSA SENHORA DE FÁTIMA



Seguindo os princípios cristãos e convicções dos nossos Utentes, a Misericórdia de Tarouca proporcionou mais uma visita ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima.

Foi com uma grande gratificação que podemos observar a satisfação dos Utentes, especialmente daqueles que devido à sua condição física só concretizaram este desejo devido aos recursos da Instituição e aos seus colaboradores.

A visita decorreu no dia 27 e 28 de Outubro, os Utentes pernoveram na Casa do Retiro da Nossa Senhora das Dores, podendo desta forma participar em todas as atividades religiosas.

Em nota final um agradecimento aos Utentes por participarem nesta atividade e à Instituição pelo esforço realizado.

Como não poderíamos deixar de o fazer agradecemos à Instituição na pessoa do Pro-

vedor, que todos os anos faz questão de estar presente neste momento de convívio e partilha.



Oração a Nossa Senhora de Fátima

Santíssima Virgem, que nos montes de Fátima vos dignastes revelar aos três pastorinhos os tesouros de graças que podemos alcançar, rezando o santo rosário, ajudai-nos a apreciar sempre mais esta santa oração, a fim de que, meditando os mistérios da nossa redenção, alcancemos as graças que insistentemente vos pedimos (pedir a graça).

Ó meu bom Jesus, perdoai-nos, livrai-nos do fogo do inferno, levai as almas todas para o céu e socorrei principalmente as que mais precisarem.

Nossa Senhora do Rosário de Fátima, rogai por nós.



Bolo-Rei

Ingredientes:

- 750 g de farinha
- 30 g de fermento de padeiro
- 150 g de margarina
- 150 g de açúcar
- 150 g de frutas cristalizadas
- 150 g de frutos secos
- 4 ovos
- raspa de 1 limão
- raspa de 1 laranja
- 1 decilitro de vinho do Porto
- 1 colher de sobremesa de sal
- 1 brinde
- 1 fava



Confeção:

Pique as frutas e deixe-as a macerar com o vinho do Porto (deixe algumas inteiras para enfeitar). Dissolva o fermento de padeiro em 1 decilitro de água morna, junte a 1 chávena de farinha e deixe a levedar em ambiente temperado durante 15 minutos. Entretanto bata a margarina, o açúcar, e as raspas de limão e laranja, junte os ovos (batendo um a um), e a massa de fermento. Quando tudo estiver bem ligado adicione o resto da farinha e o sal. Amasse até ficar elástica e macia e misture as frutas. Molde a massa numa bola, polvilhe com farinha e tape a massa com um pano, deixando levedar num ambiente temperado durante 5 horas. Depois da massa dobrar o volume, ponha sobre um tabuleiro e faça-lhe um buraco no meio. Introduza o brinde (embrulhado em papel vegetal) e a fava, e deixe levedar mais uma hora. Pincele o bolo com gema de ovo, enfeite com frutas cristalizadas inteiras, torrões de açúcar, pinhões, meias-nozes, etc, e leve a cozer em forno bem quente. Depois de cozido, pincele o bolo-rei com geleia diluída num pouco de água quente.

DIA DE REIS

Indo ao encontro das tradições bem antigas das nossas gentes e seguindo os princípios cristãos dos nossos Utentes, a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca comemorou mais um dia de Reis.

Neste Dia de Reis, as Crianças, os Idosos e os Utentes do Lar Residencial, juntamente com profissionais e Voluntários, saíram à rua cantando canções alusivas à época festiva.

E foi assim que os Reis foram cantados pelas ruas da cidade de Tarouca... com muito frio mas com boa disposição





À CONVERSA COM...

EVA DO CARMO ASSUNÇÃO

Utente desta Misericórdia, na Resposta Social de Centro de Dia, desde 1 de junho de 2013. Tem 72 anos e nasceu em Rosas, Freguesia de Ferreirim, Concelho de Lamego.



1- Há quantos tempo está na Instituição?

- Entrei para cá há dois anos.

2- Qual foi o motivo da sua Institucionalização?

- Vim para o Centro de Dia porque estava sozinha e estava muito doente da cabeça. A minha médica de família também me aconselhou a vir para cá porque me iria fazer bem e então eu vim. Acho que tomei a atitude certa.

3- Recorda-se do primeiro dia na Instituição?

- Sim recordo. Lembro-me que a Dra. Sandra e a Enfª Fernanda fizeram-me uma visita primeiro e depois na semana a seguir veio uma carrinha da Instituição buscar-me a casa. Nesse mesmo dia a Dra. Sandra mostrou-me o Lar e apresentou-me às pessoas. No fim do dia fui para minha casa e levaram-me a refeição a casa para o jantar.

4- Como foi a sua integração na Instituição?

- Foi muito boa, pois todos me receberam bem e o fato de conhecer algumas pessoas também ajudou a que me desse melhor no Lar.

5- Como ocupa o seu tempo ao fim de semana?

- Ao fim de semana, como não venho para a Instituição, ocupo o meu tempo indo à missa, arrumando algumas coisas em casa e também ainda vou fazendo qualquer coisa no campo. Quanto à refeição não tenho que me preocupar porque o Lar vem me trazer a casa.

6- Qual a relação que mantém com os outros Utentes?

- Gosto muito de cá estar e dou-me bem com todos os utentes, não tenho problemas com ninguém, pois respeito todos.

7- E com as Funcionários?

É igual, também não tenho nenhum problema com eles, são todos meus amigos.

8- Sente-se satisfeita com a Instituição?

- Sim, como disse antes, gosto muito de cá estar, pois desde que vim para cá sinto-me muito melhor da minha cabeça, porque antes não me apetecia fazer nada. Aqui converso mais com as pessoas, vou à rua dar umas voltinhas e também participo nas atividades que fazem na Instituição.

9- Recomendaria a Instituição a alguém?

- Claro que sim, então, se a mim me fez bem vir para cá, a outra pessoa também poderá fazer bem. Acho que é um bom sítio para estar e tratam-me bem.



Projeto **Ler + Jovem**

INTERGERACIONALIDADE EM AÇÃO

Na sequência da parceria estabelecida entre o Agrupamento Dr. José Leite de Vasconcelos e a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca deu-se início, no presente ano letivo, às atividades do Projeto Ler+Jovem, desta vez direcionando para os utentes mais novos da Instituição, os meninos do Jardim de Infância.

A primeira atividade aconteceu na comemoração do Dia Mundial da Alimentação, com a participação na Ação de Sensibilização sobre “Lanches Saudáveis”, dinamizada pelas Técnicas da Unidade de Cuidados da Comunidade de Tarouca, em parceria com a Biblioteca Escolar, que decorreu no Espaço da Biblioteca Prof. Vasco Teixeira, no Centro Escolar. A Equipa da Biblioteca preparou ainda uma atividade de literacia, com a história “A Lagartinha Comilona” alusiva à temática e a correspondente dinamização.

No dia 27 de Novembro e, integrada na Exposição de Mineralogia, os utentes do Lar Residencial tiveram a possibilidade de visitar a mesma Exposição e participar numa ação de sensibilização aos Minerais, realizada pela Dr.^a Elisa Preto Gomes, da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Museu de Geologia, que possibilitou diversas experiências com diversas rochas e cristais, muitos deles observados ao microscópio, tendo os utentes conversado e questionado a Dr.^a Elisa, que ficou muito sensibilizada pelo contacto que teve, com este grupo tão especial.



Na Feira do Livro, que ocorreu no mês de Dezembro, entre os dias 9 e 17, também os utentes do Jardim de Infância, acompanhados pelos utentes do Lar Residencial foram convidados para uma visita à mesma, tendo sido ainda apresentada a história “O Natal nas asas do Arco-Iris”. Foi então proposto e alegremente aceite pelas crianças intervenientes que, o Jardim de Infância da Santa Casa da Misericórdia de Tarouca passasse a integrar o projeto “A mala dos Livros de Ouro”, uma proposta de empréstimo de livros da Biblioteca Escolar ao Jardim de Infância.

No dia 22 de Dezembro, estiveram ainda presentes os alunos do mesmo Jardim de Infância para assistir à história dramatizada “Os amigos do Pai Natal”, em conjunto com os alunos dos Jardins de Infância do Agrupamento, ainda que em número reduzido por já se encontrarem muitos em férias.

Um projeto faz-se com os sonhos e ideias de muitos e concretiza-se no tempo e no espaço com as pessoas que o vivem e sentem. Um bem haja à Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, pelo acolhimento e abertura para a partilha de experiências e atividades que terão continuidade

num futuro conjunto para que se atinjam os resultados previstos de uma intergeracionalidade saudável entre parceiros.





Misericórdia de Tarouca Reabilitação uma Realidade



A Misericórdia de Tarouca há cerca de 10 anos, definiu como uma das suas prioridades estratégicas o regresso à área da saúde.

Para isso candidatou-se à construção e posterior funcionamento de uma Unidade de Cuidados Continuados Integrados, reabilitando o anterior Hospital da Misericórdia. Aqui conseguiu atingir dois objectivos, o regresso à área da saúde e a recuperação de um edifício já muito degradado.

O seu funcionamento passou a ser uma realidade em Agosto de 2005, altura em que começou a funcionar a Unidade de Cuidados Continuados. Foi uma das primeiras unidades a abrir portas no país, tendo o Ministério da Saúde entendido ser uma área prioritária de actuação e de implementação, como já o era noutros países. Isto

porque, devido ao envelhecimento da população e às dificuldades acrescidas das pessoas, entendeu-se criar uma estrutura intermédia entre os hospitais e o regresso das pessoas às suas habitações, evitando-se assim novos internamentos devido à falta de reabilitação e total recuperação das pessoas.

Rapidamente estas unidades tiveram sucesso no país, por os resultados alcançados. Foi um prazer e motivo de grande motivação a Misericórdia de Tarouca, contribuir para a implementação destas unidades e a criação e elaboração do modelo que mais se adaptasse ao país e às suas necessidades.

Também a nossa unidade teve sucesso na nossa região, contribuindo para uma melhor reabilitação das pessoas, para um regresso a casa com qualidade de vida, quando assim é possível.

A Misericórdia de Tarouca, nesta perspectiva e com o objectivo de complementar esta unidade e também tentar colmatar uma lacuna em tarouca, abriu e equipou uma clinica de fisioterapia, estando a mesma, actualmente em pleno funcionamento.

Pretendemos prestar o apoio necessário a quem necessita de reabilitação e também prestar um apoio ainda maior e melhor a quem é internado na nossa unidade de cuidados continuados.

Para isso equipamos a nossa clinica com os equipamentos mais evoluídos existentes no mercado e de melhor

qualidade, para que os nossos técnicos consigam os melhores resultados possíveis, para os utentes tenham os melhores ganhos.

Os técnicos que temos ao nosso serviço, também eles querem evoluir cada vez mais, fazendo com frequência formações que lhes dão cada vez mais conhecimentos e aprendizagem de novas técnicas de tratamento.

Os objectivos são e serão sempre virados para conseguir dar o melhor a quem de nós precisa. Uma política utilizada em todas as valências da Misericórdia, em que a reabilitação não poderia ser diferente.

A Misericórdia de Tarouca está e pretende continuar a prestar serviços de saúde de qualidade a quem deles necessita.

É o nosso objectivo conseguir isso, dentro dos parâmetros que esta Instituição já há muito habituou a população de Tarouca.

*Tarouca, Janeiro de 2015
O Vice-Provedor.*

Dr. Carlos Alberto dos Santos Teixeira

A Equipa - RSI

No âmbito do Protocolo de Rendimento Social de Inserção -RSI estabelecido entre o ISS.IP, Centro Distrital de Segurança Social de Viseu e a Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, foi constituída uma equipa multidisciplinar, com enquadramento legal na Lei nº 13/2003 de 21 de Maio, artigo 37º e no Despacho 451/2007 de 10 de janeiro, tendo iniciado funções no dia 3 de dezembro de 2007.

O Rendimento Social de Inserção consiste “numa prestação incluída no subsistema de solidariedade e num programa de inserção, de modo a conferir às pessoas e aos agregados familiares, apoios adaptados à sua situação pessoal, que contribuam para a satisfação das suas necessidades essenciais e que favoreçam a progressiva inserção laboral, social e comunitária”.

Trata-se de uma resposta social integrada, sistemática e pluridirecionada que pretende a aquisição e/ou reforço de competências nas mais diversas áreas do social através de promoção da participação dos beneficiários RSI na definição do projeto de mudança e consequente automatização.

No sentido, de cada vez servir mais e melhor todos os beneficiários, este proto-



colo engloba uma equipa multidisciplinar constituída por uma técnica superior de serviço social, uma técnica superior de psicologia, uma técnica superior de educação social e três ajudantes de ação direta. É uma resposta social que visa desenvolver ações de acompanhamento junto dos beneficiários através do atendimento, diagnóstico social, visitas domiciliárias, acompanhamento psicossocial, intervenção das ajudantes de ação direta, elaboração e acompanhamento do contrato de inserção, bem como a articulação com outras entidades envolvidas direta ou indiretamente no processo de inserção dos re-

feridos agregados.

Relativamente ao âmbito territorial de intervenção, esta equipa multidisciplinar RSI “Um Sorriso pr’a Vida” abrange o concelho de Tarouca na sua globalidade e 13 freguesias do concelho de Lamego, tais como: Lazarim, União das Freguesias de Meijinhos, Cepões e Melções, União das Freguesias Valdigem e Parada do Bispo, União das Freguesias de Magueija, Pre-tarouca e Bigorne, Vila Nova Souto D’El-Rei, Lalim, Penude, Britiande, Ferreirim, Várzea de Abrunhais, Figueira, Sande e Cambres.

Neste momento, a equipa multidisciplinar RSI “Um

Sorriso pr’a Vida” acompanha 223 famílias, ou seja, cerca de 486 beneficiários, distribuídos pelo concelho de Tarouca e as freguesias de Lamego.

A eficácia da medida de política social RSI, enquanto promotora do exercício da cidadania, passa por uma intervenção em rede, onde se realça também o papel desta Misericórdia. Assim, procura-se maximizar os recursos existentes, perspetivando os beneficiários como agentes no seu próprio processo de mudança, promovendo desta forma percursos de inserção sustentáveis.



Testemunho de Voluntariado

“Estou aqui para vos transmitir um pequeno resumo que eu fiz, do que penso ser o Voluntariado.

Chamo-me Albertina Rodrigues Ferreira, natural de Vila Verde da Raia, concelho de Chaves, sou casada, tenho duas filhas e sou Técnica de Serviço Social aposentada.

Voluntários são aqueles, e aquelas que têm dentro deles o bichinho do Voluntariado, dispostos a dar algo a quem precisa e sofre, sem receber nada em troca, com u caracter forte e verdadeiro, que dão uma palavra de conforto, fé, esperança, um abraço, um beijo, um agasalho, ou até mesmo um pedaço de pão.

Ao longo da minha vida, tenho consciência que fiz sempre voluntariado, uns anos mais, outros menos, conforme a minha disponibilidade. Após a minha aposentação comecei a pensar no voluntariado, não quis ficar em casa de pijama. Fui de voluntária para a escola primária do Castanheiro do Ouro, dois anos nas férias das crianças, num projeto “Férias a Brincar”.

Depois o Sr. Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Tarouca convidou-me para ser voluntária no Lar da Terceira Idade. Era o que eu queria.

Entrei no Lar com a minha alegria e o meu sorriso, no dia 2 de setembro de 2005. Comecei por falar, ouvir e compreender, todos os

idosos, dar-lhes carinho, consolo, esperança de vida. Ficamos amigos. Passado uns meses, comecei com atividades. Danças, cantares, anedotas, trabalhos manuais, bordados, rendas, tapeçarias, tricot, cestos, sacos, jogos, passeios, teatros, religião e moral. Mais dois anos no Lar e elaborei um projeto “Escolinha a Brincar”, com Matemática, Português, Geografia. Os Utentes gostaram muito desta atividade.

Visito os acamados, os que não falam, falo eu com eles, peço-lhes coragem, esperança, digo-lhes que a vida é bela, mesmo com o sofrimento, dou-lhes um beijo e eles sorriem. É neste momento que me sinto feliz.

Em resumo, voluntário é aquele peregrino da verdade, do ser e bem-fazer.”



*Albertina Rodrigues Ferreira
Voluntária na Santa Casa da Misericórdia de Tarouca*



Serviço de Voluntariado da Misericórdia

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE TAROUCA
Rua São Miguel 3610-130 TAROUCA
Tel: 254679410 Tlm. 925 419 397 | FAX:254679413
blvtscmtarouca@gmail.com

BANCO LOCAL DE VOLUNTARIADO
SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE TAROUCA
Rua São Miguel 3610-130 TAROUCA
Tel: 254679410 Tlm. 925 419 397 | FAX:254679413
Email: blvtscmtarouca@gmail.com

SOBRE VOLUNTARIADO: www.voluntariado.pt

Mensagem de Natal

Celebrar o Natal é celebrar os Valores da família e da vida

Esta Santa Casa da Misericórdia elegeu como principal época festiva a celebração do Natal, convicta de que o momento é propício e natural para transmitir os seus Valores de solidariedade e de esperança.

É neste quadro celestial em que a magia das luzes e dos sonhos, pode despertar muitos corações, para espaços de fé e de sentimentos que lhes permitam reforçar afetos e proximidades junto de famílias que, pelas suas dificuldades, ainda não encontraram horizontes para melhor celebrarem o seu Natal.

Queremos e vamos diligenciar para que, neste dia em que celebramos o nascimento do Jesus, não falte a muitas famílias uma Mesa onde celebrar o seu Natal como todos desejamos que aconteça. Ao fazê-lo, vamos sentir os sinais

das nossas crenças e o conforto de uma consciência mais cívica e solidária, num mundo socialmente tão desigual.

A esperança de muitos não depende da grandeza das nossas obras, mas sim da força dos nossos pequenos gestos que, em solidariedade, fazem toda a diferença.

Em espírito de Natal e de união de esforços, esta Santa Casa deseja a todas festas felizes, em particular para as famílias em situações mais dificultadas.

Santa Casa da Misericórdia de Tarouca, Dez. 2014

O Provedor,



Lucílio Fernando de Assunção Teixeira



3x3re173 0 53U e3r3Br0

"De acordo com uma pesquisa de uma universidade inglesa, não importa em qual ordem as letras de uma palavra estão, a única coisa importante é que a primeira e a última letras estejam no lugar certo.. O resto pode ser uma baguena total, que você ainda pode ler sem problema. Isso é porque nós não lemos cada letra isolada, mas a palavra como um todo"

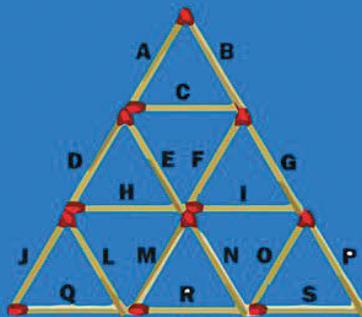


Dois amigos estavam a andar pela estrada, cada um carregava vários sacos pesados idênticos. Um dos amigos começou a reclamar e o outro pergunta:
- Do que tu estás a reclamar? Se me deres um saco, vou carregar o dobro dos teus sacos! E se eu te der um saco, carregaremos a mesma carga.

A pergunta é:
Quantos sacos cada um carregava?



- 1- Quantos triângulos existem na figura
- 2- Retire 4 palitos de forma a que restem 5 triângulos



No quadrado seguinte os números estão colocados ao acaso. Por isso, deve reordenar os nove números, de forma a que cada linha vertical, horizontal e as duas diagonais somem sempre, cada uma delas, 15.

1	6	3
5	7	2
8	4	9

Você consegue mudar a posição dos números?

Há uma regra oculta nestas equações. Encontre o valor de B mostre que matemática não é problema para si.

$$537 + 9 = 546$$

$$106 + 7 = 113$$

$$989 + 10 = 999$$

$$276 + A = B$$

Treine a sua atenção!!!
Diga as Cores das palavras e Não as palavras. (Não leia) É capaz?

VERDE LARANJA PRETO
VERMELHO AMARELO AZUL
VERDE VERMELHO AMARELO
PRETO LARANJA AZUL VERDE
VERMELHO PRETO ROXO

Leia as letras maiúsculas em voz alta. Foi fácil, não foi?

Agora vamos complicar.

- 1- Quando aparecer a letra "d" em baixo da letra que está a ler em voz alta, levante a mão direita, ao mesmo tempo.
- 2- Quando aparecer um "e" em baixo da letra que está a ler levante a mão esquerda.
- 3- Quando aparecer um "j" abaixo da letra que está a ler, levante as duas mãos. Ao mesmo tempo.

A	B	C	D	E
d	e	j	e	d
F	G	H	I	J
e	j	d	d	j
K	L	M	N	O
d	e	e	j	j
P	Q	R	S	T
d	j	j	d	d
U	V	X	Y	Z
e	d	e	d	j

Vá praticando.
-Primeiro leia a tabela na sequencial horizontal.
-Depois na vertical.
-Depois, na diagonal.

Chapéus dos bombeiros

Quatro homens (chame-os de 1, 2, 3 e 4) estão em fila na frente de um quartel dos bombeiros. Eles estão todos a olhar para a mesma direção, de maneira que o '1' está no fim da fila e o '4' está na frente da mesma. O '1' e o '3' estão a usar chapéus pretos, e o '2' e o '4' estão a usar chapéus brancos. Entre '3' e '4' há uma parede de cimento. Portanto, o '1', no fim da fila, pode ver o '2' e o '3', e o '2' pode ver o '3'. Nem o '3' nem o '4' podem ver ninguém. Os homens sabem que dois deles estão a usar chapéus pretos e dois deles estão a usar chapéus brancos, mas não sabem qual a cor do chapéu que está na sua própria cabeça. O comandante do quartel lança um desafio: Ele deixará todos irem embora se APENAS um falar corretamente a cor do próprio chapéu. Os homens não podem falar entre si.

Qual dos homens sabe com certeza a cor de seu chapéu?

7. "Pode ver '2' e '3', por isso, se '1' visse dois chapéus pretos ou dois chapéus brancos, ela poderia falar qual a cor de seu próprio chapéu. Mas, nesse caso, ele não pode: ele está a ver um chapéu branco e outro preto. Passado algum tempo, '2' percebe que '1' não tem certeza da cor de seu chapéu. A única maneira de '1' não ter tal certeza seria se '2' e '3' estivessem a usar chapéus de cores diferentes. Então o '2', ao ver a cor do chapéu de '3' (preto), não tem dificuldade para dizer a cor do seu próprio chapéu: Branco.

$$\text{Logo, } A=1 \text{ e } B = 277$$

$$B = 276 + A$$

$$\text{A Resposta é: } A = 2 + B - 7$$

4. A resolução deste exercício depende de uma boa análise das equações anteriores.

8	1	6
3	5	7
4	9	2

3.

E, F e R ou E, F, H, I

2. 1- 13 2- Retire os palitos D, H, I e G, ou C, ou J

1- um carregava 7 sacos e o outro, 5 sacos

Soluções:

Marco Pinheiro - Gerontólogo



HARTMANN

MoliCare® Soft

Proteção com máximo conforto na Incontinência.

TSR
SISTEMAS DE INFORMAÇÃO



JUNTO AAS:

INSTITUIÇÕES PARTICULARES
SOLIDARIEDADE SOCIAL
SANTAS CASAS DA MISERICÓRDIA
ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

RUA DOS CATELEIROS, 2584 9º - SALA 11
APARTADO 1077 EC LAMEIRAS
4800-508 GUARDA

T.L.F. (+351) 253 408 328 (L./S.A)
T.L.M. (+351) 830 728 728
F.A.X. (+351) 253 408 328
EMAIL: TSR@TSR.PT

DEIXE A INFORMÁTICA CONNOSCO
AS PESSOAS PRECISAM DE SI!



FORMAÇÕES GRATUITAS
NAS INSTALAÇÕES DO CLIENTE
OU ON-LINE



INSTALAÇÃO E FORMAÇÃO
NAS VOSAS INSTALAÇÕES



ASSISTÊNCIA REMOTA
NOVO CONCEPTO VIA
INTERNET



ASSISTÊNCIA TELEFÓNICA
ON-SITE

APLICAÇÕES

TSR - CONTABILIDADE ESNL

TSR - UTENTES IPSS

TSR - IMOBILIZADO ESNL

TSR - PRESCRIÇÃO ELETRÓNICA

MÓDULO DE PRESCRIÇÃO ELETRÓNICA, MEIOS COMPLEMENTARES DE
DIAGNÓSTICO

TSR - LANÇAMENTOS AUTOMÁTICOS NA CONTABILIDADE

TSR - ORDENADOS

TSR - UNIDADES DE SAÚDE

UNIDADES DE CUIDADOS CONTINUADOS, HOSPITAIS, CLÍNICAS,
FISIOTERAPIA, IMAGIOLOGIA, ETC.



TSR - PROCESSOS CLÍNICOS

DESFRUTA DOS DESCONTOS DO ACORDO UMP - TSR PARA A SUA UCC

ATÉ 40%

TSR - MÓDULO DE ORÇAMENTOS

TSR - STOCKS

POR ECUMINATOS, COZINHAS IPSS.

TSR - SISTEMA INTEGRADO DE TESOURARIA

TSR - UTENTES, TSR - BANCOS, TSR - ASSOCIADOS, TSR -
RENDOAS, TSR - CAIXAS E PAGAMENTOS A FORNECEDORES.

TSR - QUALIDADE

TERCEIRA IDADE, INFÂNCIA E JUVENTUDE, APOIO NA VIDA
QUOTIDIANA, MOD. REGISTO PRESENCAS TABLETS

TSR - VIATURAS

TSR - ASSOCIADOS/IRMÃOS IPSS

TSR - CONTROLO DE CORRESPONDÊNCIA

TSR - GESTÃO COMERCIAL

TSR - MÓDULO DE ORÇAMENTOS



TSR - PROCESSOS CLÍNICOS RESIDENTES

WWW.TSR.PT





fricarmo
comércio de equipamentos hoteleiros, lda.

Lugar da Rina - Edifício dos Prados,
Bloco 1 - R/c Esq. 5100-196 LAMEGO
Telfs.: 254 655 694 / 254 619 521
Fax: 254 619 522 Telfa: 967 052 832
E-mail: fricarmo@dix.pt

■ ■ Equipamos:
CAFÉS
RESTAURANTES
HÓTEIS
SUPERMERCADOS
BARES
COZINHAS , etc.

■ ■ ASSISTÊNCIA TÉCNICA GARANTIDA



SISTEMAS DE AQUECIMENTO, L.DA

Aquecimento Central - Chão Radiante - Bombas de Calor
Energia Solar - Recuperadores de Calor
Salamandras e Fogões a Lenha - Caldeiras a Biomassa
Salamandras a Pallets - Aspiração Central - Ar Condicionado

Tel.: 254 678 109 - Fax: 254 678 777
Email: geral@ambiquente.pt
WEB: www.ambiquente.pt
Castanheiro do Ouro - 3610-107 TAROUCA



M
mapec



Sede: CASTANHEIRO DO OURO 3610-103 TAROUCA
Tel. 254 671 050 | 254 671 090 | Fax: 254 679 180
Filial: Av. 5 de Outubro 5100-065 Lamego n.º 135 | Tel. 254 613 201
www.mapec.pt | TAROUCA PORTUGAL

20
ANOS
NORPRINT
A CASA DO LIVRO

Não há amigo
tão leal quanto um livro.

Ernest Hemingway





Município de TAROUCA



União das Freguesias
de Tarouca e Dálvares



CA
Crédito Agrícola
BEIRA DOURO

Sede: Av. 5 Outubro - Lamego
Agências:
Tarouca, Castro Daire, Resende, Britiande,
Cambres, Mões e Parada de Ester
UM GRUPO FINANCEIRO SÓLIDO AO SERVIÇO DA REGIÃO



POSTO DE ABASTECIMENTO
SASSA, LDA - TAROUCA

T. 254 678 102 M. 917 263 016 | pabastecimento.sassa@gmail.com

FARMÁCIA MODERNA
MARIA EUGÉNIA LOBO DOS SANTOS, Unipessoal, Lda.



Dir. Téc. Dr.ª Maria Eugénia Lobo dos Santos

Av. Ananias do Carmo Santos, 73
Tel. 254 679 251 - Fax 254 677 025
3610-020 TAROUCA

Sede:
EN2 - Vermum - Ap. 4001
Telef. 232 422 528 - Fax: 232 431 352
e-mail: antichama@sapo.pt

Filial:
Rua Ludgero Pinheiro, nº 31 - 3750-755 Águeda
Telef./Fax: 234 629 236
e-mail: antichama@gmail.com

anti chama

Extintores
Manutenção e Assistência
Projectos de Segurança
Sinalização de Segurança
Deteção de Incêndios
Protecção Industrial
Alarmes e c.c.t.v.

www.antichama.pt

Associação Portuguesa de Segurança
Eléctrica e de Protecção Incêndios

ACC L.DA Arcelino Cardoso da Costa, Lda.

Sede: Castanheiro do Ouro - Tarouca - T.254 679 338 | Filial: Colchoaria Pikolin - Lugar da Rina Lamego
email: geral@acc-empresa.com | www.acc-empresa.com

- Construção Civil e Obras Públicas
- Todo o tipo de remodelações
- Mobiliário, Decoração, Louças
- Colchoaria **pikolin**



