

# Caminho no Tempo



Boletim Trimestral Informativo da Misericórdia de Santo António de São Pedro do Sul

n.º28 | Setembro 2021



(Revisitar Histórias - Edição comemorativa)

## Nesta Edição

- Dedicção contínua; Viagem ao passado - Área de Infância; Viagem ao passado - Área Sénior; Um regresso a casa; A importância de brincar nas férias de verão.

Patrocínios:



## Ficha Técnica

Propriedade:

Santa Casa da  
Misericórdia de Santo  
António de São Pedro do  
Sul (MSPS)

Periodicidade: Trimestral

N.º 028 - setembro 2021

Coordenação editorial,  
design gráfico e  
paginação: Corpo técnico  
da MSPS

Fotografias: Arquivo dos  
Colaboradores e MSPS

Tiragem: 300 exemplares

Impressão: Tipografia  
Beira Alta  
(www.bagrafica.com)

## Colaboradores na edição

Ana Cristina Rodrigues  
Ana Oliveira  
Ana Pinto  
Anabela Costa  
Anália Correia  
Carlos Alves  
Cátia Henriques  
Cláudia Madaleno  
Diana Pinto  
Elisabete Oliveira  
Eufémia Fernandes  
Gilberto Carmo  
Gonçalo Araújo  
Helena Salazar  
Inês Cruz  
Joana Soares  
João Marques  
João Rocha  
José Morujão  
Luísa Almeida  
Maria Alice Oliveira  
Maria Amélia Bizarro  
Maria Ascensão Almeida  
Maria Clara Paiva  
Maria Fátima Almeida  
Maria Fátima Pereira  
Maria Fátima Silva  
Maria Hermínia Almeida  
Nuno Morujão  
Pedro Morujão  
Rosa Tavares  
Teresa Almeida  
Teresa Susana Campos  
Teresa Tojal  
Vera Neves



António Pais, Vice-Provedor da MA

## Nota de Abertura

No último número do “Caminho no Tempo” procedemos a uma nota breve da nossa pretensão em apresentar uma edição comemorativa centrada no modelo cativante das “Histórias de Vida”, mas num relato de vivência institucional.

Desafio lançado, desafio acolhido. Assim, registamos as memórias na voz viva de um grupo bastante alargado de colaboradores, dos vários setores e áreas funcionais e que resultam numa edição histórica, cativante na leitura, saudosista na

memória, marcante de orgulho na evolução e na entrega ao próximo.

Edição substancialmente diferente mas que, certamente, irão guardar, pois é a memória e é a partilha deste caminho do tempo de adaptações às mais variadas contingências; de iniciativas; de envolvimento social; e de foco claro nos nossos utentes e na ligação instituição/família, que nos leva à contínua procura de melhoria.

A finalizarmos a edição não podemos deixar de partilhar o testemunho de um familiar no “regresso a casa” de uma utente e de fazer uma pequena nota ao relato das férias letivas nas respostas sociais da área de infância, espelhando o espírito aventureiro e empreendedor das crianças.

Decorrida esta luta interminável contra a Covid-19, partilhamos, assim, aspetos mais pessoais dos nossos colaboradores, uma “parte de nós”, com a esperança de que seja um incentivo e sinal de esperança no amanhã.

Acompanhe-nos nestas páginas e visite-nos nas plataformas *online* do *site* e *Facebook*.

## Dedicação Contínua

Na presente edição da nossa revista, os protagonistas são os nossos colaboradores. As atenções estão, assim, voltadas para eles e para as suas histórias de vida. Oportunidade única para conhecermos aspetos da sua vida e do seu passado profissional. Asseguro que a leitura dos seus artigos vai prender a atenção e curiosidade e, mais, no final fica a sensação de que soube a pouco. Falam de começos e recomeços; descrevem dificuldades e novas oportunidades; falam de si e dos seus. Com coragem e sem pudores, expõem as agruras do percurso realizado. É tão enriquecedor e surpreendente os factos narrados que, o que julgávamos conhecer dos mesmos, afinal, pouco ou nada sabíamos.

A experiência deles está indelevelmente colada à transformação que se operou a todos os níveis nesta Misericórdia. As dores de crescimento foram partilhadas. O que somos hoje ainda é réplica do seu cunho, do seu esforço e forma de trabalhar. Tenho para mim que, quando os mais experientes nos deixarem, a nossa instituição ficará descaracterizada, ou seja, com eles se vai uma forma única de trabalhar e de enfrentar as dificuldades. São, inquestionavelmente, trabalhadores de outra era. Os tempos difíceis e as tantas necessidades passadas, forjaram personalidades fortes, combativas, sensíveis e com espírito de missão. Nas várias situações difíceis que já vivemos, foram a âncora desta casa, pela firmeza, força e lealdade que demonstraram. Nunca recuaram nas adversidades. Apesar de muitos apresentarem mazelas físicas, umas, consequência da idade, outras, reflexo do esforço desenvolvido ao longo dos anos de trabalho, ainda assim, revelaram estar sempre disponíveis e colaborantes.

E porque o peso da idade, traz um bem maior que é a experiência e o saber da vida, estes colaboradores dão-nos a segurança e tranquilidade no trabalho que executam. Aos trabalhadores mais jovens, se pede que reproduzam o que de melhor os mais experientes têm para oferecer, que sejam resilientes e não deem nada por adquirido.

E por falarmos de antiguidade, aproveitamos a oportunidade para parabenizar as colaboradoras que nos últimos três meses completaram mais um quinquénio de serviço.

- Acília Maria Silva C. Martins - 5 anos;
- Luísa Cristina Esteves Almeida - 15 anos.

Ana Oliveira







## Viagem ao Passado - Área de Infância

Na voz viva dos colaboradores da Misericórdia de S. Pedro do Sul, aventuramo-nos no relato de memórias e vivências destes na instituição, ao longo de uma carreira, já longa, de dedicação contínua à causa social.

Convidamos-vos, deste modo e ao longo das próximas páginas, a ler e a sentir as suas histórias, a “nossa” história, refletida em alguns episódios da intervenção, da evolução e da dinâmica social e colaborativa institucional.

### O Dia da Criança de 1988

Chamo-me Maria Amélia de Almeida Bizarro e tenho 60 anos. Venho de uma família humilde, onde eramos dez irmãos, habitantes na aldeia de Arcozelo. Aldeia que me viu nascer e crescer.

Comecei a trabalhar nesta Instituição, no Jardim de Infância, no dia 01 de junho de 1988, dia Mundial da Criança, cujo programa conjunto das três misericórdias de Lafões partilho ao lado.

Na altura em que entrei para o Jardim de Infância, que funcionava no Edifício das Amoreiras, comecei pelos serviços gerais e foi um pouco difícil a adaptação. Naquela altura não existiam meios de transporte que se adequassem aos meus horários, por isso dependia da boleia de moradores da minha aldeia ou, em algumas circunstâncias, de táxi.

Em dezembro de 1994 mudámos de instalações. Havendo melhores instalações, mais crianças e vontade de chegar mais longe, candidatei-me a auxiliar de ação educativa. Fiquei feliz quando soube que a minha candidatura foi aceite!

Ano após ano, cada vez me sentia mais empenhada no meu trabalho, apoiando-

1 de junho 88  
Dia Mundial da Criança

Um brincar, sorrir  
e aprender com os outros

Somos os membros dos jardins de infância das Misericórdias de Vila Real, Vila Verde, Vila Rica e Vila Rica e convidamos-te para viéses à nossa festa.

#### Programa

- Manhã - Jardim de Infância
- Encontro com o Jardim de Infância de todas as paróquias, com dança folclórica "ruas da vila"
- Atividade de sensibilização com a palavra na sala do jardim de infância Santa Quetilde (SSE/Vila Rica)
- Almoço - Vila Rica
- Tarde - Casa Santa do Hospital Ultramarino de Vila Rica
- Grupo de Santinhos do 1º e 2º grau da Santa
- Filme
- Atividade realizada nos elementos dos jardins de infância
- Palhaços e outras surpresas
- Manhã terminou no jardim de infância de Vila Rica



me e crescendo com a convivência com as crianças e colegas de trabalho.

Trinta e três anos depois progredi, tirei o 9.º ano e a carta de condução. Atualmente sou mais independente, mais madura e sinto-me cada vez mais realizada e responsável nas minhas tarefas.

Vivi e vivo bons e maus momentos. Alguns daqueles que mais me marcaram positivamente, partilho nas fotografias que aqui vos deixo.

Sinto-me bem integrada no ambiente de trabalho. Sinto-me realizada no que faço e desejo que assim continue.

Apesar desta situação atual de pandemia em que vivemos nos ter privado de contacto físico, o carinho e afeto estão sempre presentes.

Maria Amélia Bizarro (Ajudante de Ação Educativa no Jardim da Misericórdia)

## Agruras da Vida

O meu nome é Rosa Maria e trabalho no Jardim da Misericórdia de Santo António há cerca de 30 anos.

Nasci em Santa Cruz da Trapa em 1956. Com 11 anos emigrei para a África do Sul com os meus pais, tendo regressado mais tarde a Portugal.

Com 17 anos namorava com um rapaz que viria a ser o meu marido. Este foi cumprir o serviço militar em Angola e resolvemos casar. Voltei posteriormente para a África do Sul com os meus pais, mas o meu marido não pôde ir. Ficou a tratar dos documentos necessários para a obtenção de residência, para poder ir ter comigo e foi.

Passados uns anos tive os meus filhos: primeiro a Carla e depois o Rui. Com os anos a passar resolvemos regressar a Portugal, para a nossa terra que é Santa Cruz da Trapa, porque na África do Sul o ambiente começou a ficar mau por causa do Apartheid.

Os meus filhos cresceram. A Carla não quis ir estudar para a universidade e quis casar com o Emanuel, entretanto falecido. Este morreu de acidente de mota, tendo deixado três filhos que são um encanto. Após isto, a minha filha viu-se forçada a emigrar, levando a “mala de cartão” e os filhos ainda menores para França, porque aqui não se safava. Ela explorava um café em Santa Cruz da Trapa, mas por virtude das circunstâncias não pôde continuar no estabelecimento. Chorei muito e ela também, porque emigrou sem o apoio de ninguém mas, graças a Deus, conseguiu vencer também sem ajuda de ninguém.

Na mesma altura, em 2011, foi-me diagnosticado cancro da mama. Passei um bocado mal: tive que fazer quimioterapia e radioterapia. Posteriormente, fui operada e retiraram-me a minha mama esquerda.

Sofri com a minha doença e com a ausência da minha filha e netos. Hoje, graças a Deus, estou curada, mas tenho uma depressão, a qual estou a tratar.

O meu filho quis continuar com os estudos e hoje é advogado.

Mais recentemente, devido ao meu problema e à idade da minha mãe, tive que a colocar no Lar da Misericórdia de Santo António. Sei que ela está bem cuidada e vou visitá-la sempre que posso.

Rosa Maria Tavares (Costureira no Jardim da Misericórdia)

## Estávamos em 1993 e Fazíamos Também as Refeições para os Presos

Eu sou a Ascensão, a mais velha de três irmãos. Nasci a 15 de agosto de 1965. Na altura os tempos eram difíceis, mas fui criada numa família unida, com amor, educação e muito trabalho para nada faltar. Vivíamos felizes numa linda quinta onde a natureza era um encanto e as águas cristalinas de dois tanques eram refrescantes nos belos dias de verão.

As histórias seriam longas e cheias de boas recordações mas, na verdade, não há rosas sem espinhos.





Em 1972 as nossas vidas começaram a ficar complicadas: a minha segunda irmã, derivado a complicações no parto, ficou com deficiências profundas. A quinta onde vivíamos foi vendida e comprada por pessoas completamente desumanas e, como se isto não chegasse, o meu pai ficou incapacitado para trabalhar.

O meu sonho era ser enfermeira. Gosto de cuidar das pessoas, mas a situação era difícil para continuar a estudar e decidi ir trabalhar. Tinha apenas 12 anos quando fui cuidar de duas meninas. Tudo parecia correr bem, mas, na verdade, comecei a ser uma escrava. Os meus pais não me deixaram ficar lá, assim que souberam do que se estava a passar. Estava de saída e já a D. Assunção estava à minha espera para ir cuidar das suas filhas, a Ana e a Joana. Fomos felizes e ainda hoje é como se fossemos família.

Voltei a estudar para tirar o 9.º ano, mas a matemática impediu-me de concluir este ciclo de escolaridade. Em 1986 casei-me e fui para França com o meu marido. Em 1987 nasceu a minha filha Patrícia e em 1992 o meu filho Ricardo. Durante estes sete anos sonhava regressar ao meu país. Depois de longas conversas com o meu marido, regresssei ao meu mundo.

Nova vida começava. Estávamos em 1993, a filhota começou a escola primária, o Ricardo ficava com os avós e os pais iam trabalhar. Tinha chegado em agosto e em outubro comecei a trabalhar na Misericórdia. Na segunda semana de trabalho fui colocada na cozinha, onde fiquei durante sete anos. Eramos cinco funcionárias e, nessa altura, fazíamos também as refeições para os presos, cerca de 70 a 75 homens. Havia muito trabalho, mas ainda havia tempo para umas pequenas brincadeiras e umas boas risadas.

Como a vida não é só feita de risadas, por vezes, sem querer, somos confrontados com situações indesejáveis. Mas, como se costuma dizer: Deus escreve direito por linhas tortas... Nova oportunidade surgiu e vim trabalhar para o Jardim da Misericórdia, depois de um ano nos serviços gerais, vim para a cozinha onde ainda hoje estou.

Nestes vinte e sete anos de trabalho na Santa Casa da Misericórdia, aprendi muita coisa. Conheci pessoas fantásticas, vivi momentos bons e outros menos bons.

A vida é um caminho de felicidade que depende das expectativas. Não nos podemos deixar de lembrar que a vida já é um privilégio e é neste caminho que eu vou continuar a viver a minha vida.

Maria Ascensão Almeida (Cozinheira no Jardim da Misericórdia)

## O Mais Gratificante é Ver as Crianças Crescerem

Olá! Chamo-me Maria Clara. Sou natural de São Pedro do Sul, sou casada e tenho dois filhos. Em outubro de 1994, estando desempregada, tive um convite do Sr. Provedor da Misericórdia dessa altura, Sr. Manuel de Paiva para frequentar um curso de formação através do Centro Social Europeu que ia decorrer na Misericórdia. Frequentei o curso durante um ano e tive vários módulos. O módulo mais interessante foi o de "relações interpessoais" que me ajudou bastante e é muito importante no nosso dia a dia.

Passado um ano, em novembro de 1995, foi inaugurado o nosso Jardim de Infância e tive a oportunidade de ser contratada. Foi a partir deste ano que iniciei o meu percurso no Jardim da Misericórdia. Comecei numa sala de três anos, com 23 crianças e uma educadora. No início foi difícil pois tinha pouca experiência, mas depressa me adaptei e levei esse grupo até aos 5 anos. A partir daí já fiz vários percursos desde a creche até ao CATL.

Tenho feito algumas formações ao longo destes anos, o que é bastante importante, pois permite sentir-me mais atualizada e segura no trabalho. Gosto de trabalhar no Jardim e tento criar bom ambiente nos vários setores por onde passo, tendo sempre me dado bem com as minhas colegas e com os meus superiores hierárquicos.





O mais gratificante deste trabalho é ver as crianças crescerem e tornarem-se independentes, assim como ajudar a educar os filhos de vários jovens que frequentaram o Jardim quando eram crianças.

Ao longo destes anos espero ter contribuído para a educação e formação de todas as crianças que conheci e posso também dizer que sempre aprendi alguma coisa com cada uma delas.

Um bem-haja.

Maria Clara Paiva (Ajudante de Ação Educativa no Jardim da Misericórdia)

## O Sonho Tinha-se Mesmo Tornado Realidade: Trabalhar com Crianças

Olá, caros leitores. Sou a Anabela Almeida, tenho 48 anos de idade, estou casada, tenho um filho, o João e sou, com muita honra, colaboradora do Jardim desta Instituição há cerca de 26 anos.

Nasci no dia 25 de março de 1973, em Viseu. Cresci, vivi e estudei em Arcozelo e, mais tarde, em S. Pedro do Sul. Cedo decidi começar a trabalhar e estive um ano na Suíça a trabalhar no setor da restauração.

Regressei a Portugal, à minha terra e, em 1995, foi-me dada a oportunidade de trabalhar no Jardim da Misericórdia de S. Pedro do Sul. Afinal, o sonho tinha-se mesmo tornado realidade: trabalhar com crianças. Primeiro nos serviços gerais e, mais tarde, como auxiliar, cargo que desempenho ainda hoje.

Tem sido muito gratificante e enriquecedor contribuir para o crescimento e desenvolvimento das nossas crianças, desde meses de idade até à entrada na escola primária. Os laços de amizade e carinho, quer com as crianças, quer com os pais e encarregados de educação, perduram até hoje. Ver estas crianças tornarem-se adolescentes e, depois, adultos, é perceber que elas contêm uma pequena parte de nós. Nós que trabalhamos, todos os dias, para que, mais tarde, se tornem mulheres e homens com valores de solidariedade e amizade. Custa vê-las sair do nosso Jardim. Mas, compreendemos que todas têm o seu caminho para percorrer e isso é muito gratificante e motivador. Porque outras virão e irão. E depois outras e mais outras.

Por tudo isso e pelo amor que sinto pelas nossas crianças, muitas vezes choro por as ver partir. Vão deixar de ter o nosso colo. Vão deixar de ter o nosso amor. Vão deixar de ter os nossos cuidados. Vão deixar de ter o nosso afeto. Vão, até, deixar de ter os nossos “ralhetes”. Sei, com muito agrado, que os pais e encarregados de educação estão e estarão sempre lá para elas e que nós, jamais, nos substituiremos a eles. Mas a vida é mesmo assim. Resta, e não é pouco, o sentimento do dever cumprido da melhor forma que sei e posso.

Entre as minhas virtudes e os meus defeitos, ao longo destes 26 anos, tenho procurado colaborar, em todos os momentos, com a direção da Instituição que me acolheu, com as educadoras e com as restantes colegas que trabalham, diariamente, para o sucesso do nosso Jardim. Com todas e todos aprendi e aprendo todos os dias para me tornar melhor funcionária, melhor colega, melhor amiga. Mantenho, por isso, para além de uma boa relação com todas e com todos, uma dívida de gratidão porque me ajudaram a crescer como filha, como irmã, como mãe, como amiga, enfim, como mulher.

Agradeço a todas e a todos - elementos da direção, técnicos, colegas, crianças, pais e encarregados de educação - por estes quase trinta anos de sã e intensa convivência, tanto profissional como pessoal. Sim, enfrentei, por vezes, algumas dificuldades e alguns percalços. Mas, quem não os enfrentou? Superá-los, fez-me mais forte e capaz de os enfrentar, de os superar, de seguir em frente e, no fim do dia, aprender. É, também disso, afinal, do que a vida é feita.

A todos, muito obrigada.

Anabela Almeida (Ajudante de Ação Educativa no Jardim da Misericórdia)





## Ser Educadora é Viver no Meio do Barulho e Ser Mestre em Gerir Conflitos

O meu nome é Susana Campos. Nasci em 1976, na freguesia de Santa Cruz da Trapa e sou a mais velha de quatro irmãos.

Cresci muito feliz: brinquei muito na rua, tomei banhos no tanque de água fresquinha, subi às árvores e recorro as férias durante três meses de verão que me davam margem para tanto. Guardo desse tempo muita saudade...

Entretanto, surge uma outra fase da vida, a tomada de decisões mais sérias, porque são estas que vão determinar um bocadinho o que pode vir a ser o futuro: qual o curso a escolher, aquele que achamos que melhor se adequa ao nosso perfil.

A minha prioridade seria uma área das ciências sociais, mas o caminho levou-me até à educação de infância.

Iniciei o meu percurso como estagiária no Jardim de Infância da Misericórdia em 1994. Aqui aprendi a base da prática pedagógica que, consolidada com a teórica, me possibilitou, ao fim de três anos, obter o Curso de Educadores de Infância.

Mais tarde, em 1997, as portas desta Instituição abriam-se de novo para dar início à minha vida profissional.

Metade de mim reside aqui, no meu Ser enquanto educadora.

Pode parecer, mas não é de todo um trabalho fácil. Não é simplesmente olhar por crianças, há toda uma série de procedimentos que temos que cumprir, há atividades que temos que planear e promover, tendo sempre em conta os interesses e as necessidades dos elementos do grupo.

Ser educadora é viver no meio do barulho e ser mestre em gerir conflitos, ficar muitas vezes com os cabelos em pé e, mesmo assim, manter um sorriso, pretender ajudar meninos a crescerem felizes e ser feliz com eles...

E, quando eles se vão embora, quando crescem o suficiente para abraçar uma nova fase, fica um aperto no peito e uma saudade imensa. Mas, é de tudo isto que é feito o meu "Ser Educadora".

Fico grata ao Jardim da Misericórdia pelo que partilhámos e construímos. O caminho para a felicidade não se faz só e eu sei reconhecer quem esteve ao meu lado ao longo de todo este percurso. Para mim o Jardim da Misericórdia é muito mais do que um lugar.

Teresa Susana Campos (Educadora de Infância no Jardim da Misericórdia)

## Viagem ao Passado - Área Sénior

### Nem Tudo Foi um Mar de Rosas

O tempo passa a correr, mesmo quando falamos de quatro décadas. Foi quase ontem, que se concretizou a minha ligação à Misericórdia como colaboradora. Vinha da grande cidade, da capital movimentada e cosmopolita. Trazia comigo a experiência de trabalho na área de secretariado, numa agência de publicidade. Adorava o que fazia e gostava das pessoas com quem trabalhava. Eram cultas e muito vividas, transmitiam saber e vivências de um mundo com poucas barreiras. Mas, o amor falou mais alto e a distância foi eliminada com a decisão de deixar para trás o que tinha e regressar às origens.

Já em S. Pedro do Sul, fiz estágio na conservatória e no notário. Entretanto, casei e fiquei em casa cerca de quatro anos. Mas, ficar sem trabalho não estava nos meus planos: não era a vida que queria para mim. Estava habituada a trabalhar e queria independência. Com alguma contrariedade familiar, resolvi candidatar-me a trabalho na Misericórdia. Para tal realizei provas para a área administrativa com mais candidatas. Correu bem e, por isso, fui selecionada. Naquela altura estava





sozinha na secretaria. Ao meu cuidado e responsabilidade estava todo o trabalho administrativo e de tesouraria. Realizava o processamento de salários, folhas de férias, atendimento ao público e ainda apoio administrativo a todas as valências e à Mesa Administrativa.

Admito que nem tudo foi um mar de rosas. O trabalho era exigente e os dois filhos menores da altura, obrigavam-me a desdobrar em tarefas para que tudo corresse bem. Contava só comigo para a gestão da vida doméstica. Com um carácter forte e algum mau perder, nunca me passou pela cabeça desistir. Planeava as lides domésticas à exaustão, para nada falhar. Quando fazia serões no trabalho, os filhos eram entregues na Misericórdia depois da escola. Pelo horário tardio, lá jantavam e aguardavam pela hora da minha saída para, juntos, regressarmos a casa.

Acompanhei, ao longo deste período, o crescimento da Instituição e das equipas dos vários setores, inclusive o administrativo. Assisti às diversas inaugurações e contribuí com o meu trabalho na organização de eventos e comemorações.

Neste processo evolutivo, as ferramentas de trabalho foram sendo atualizadas. Quando comecei, a tecnologia era quase nula. Tudo ou praticamente tudo, fazia-se manualmente. Com o passar dos anos tudo mudou. Foi necessário esforço e empenho para acompanhar a transformação.

Em relação às colegas, tenho carinho por todas. Mas, admito, que a “minha equipa” é especial. Foram muitos anos de partilha, do bom e do mau. Rimos nas alegrias e choramos nas tristezas. Entre alegres picardias e desabafos, assim temperamos os dias. Assumo que são mais do que meras colegas de trabalho.

Nunca esqueci Lisboa. Amiúde foram as vezes que suspirei por ela e, durante muito tempo, acalentei a esperança de regressar ao rebuliço da cidade. Hoje, já conformada pelo destino, faço planos para voltar mas, apenas e só, como “turista”.

Maria Fátima Almeida (Técnica Administrativa da Misericórdia)

## Não Sabia o Que era a Velhice

Com 69 anos de idade, residente que sou e sempre fui em Arcozelo, São Pedro do Sul, sou a Anália da Rocha Correia, funcionária da Misericórdia de Santo António, há 38 anos.

Com 31 anos de idade, já casada e com três filhos, celebro contrato com esta Misericórdia. Até então, trabalhava no campo, em terras alugadas para sustento da família e, ao dia fora, na agricultura. O meu patrão era, na maioria das vezes, o encarregado do meu marido na madeira que, sendo conhecedor das necessidades da família, rogava-me ao dia. O pagamento era realizado em roupa usada para os filhos e alguns géneros alimentares: uma rasa de milho, uma malga de feijão... A refeição era dada pelos donos das terras para quem trabalhava e, por vezes, era melhor do que aquela que tinha em casa.

Naquela altura, as mulheres não trabalhavam para fora. Tratavam da casa e das terras e só as professoras gozavam desse privilégio. Acontece, porém, que o meu marido ficou desempregado. Tal situação empurrou-me para a necessidade de procurar um trabalho remunerado, pois a família estava a passar um mau bocado e não tinha ajuda de ninguém. Fui então, obrigada a vir pedir horas à vila, ou seja, oferecer os meus serviços de limpeza a casas particulares. As primeiras horas conseguidas foram em casa do Sr. Manecas da Ponte. Ao fim de um ano, já tinha os dias da semana todos preenchidos em várias casas.

A dada altura, uma pessoa amiga, a D. Fernanda Cláudia, disse-me que a Misericórdia estava a recrutar trabalhadores. Disponibilizou-se de imediato para me acompanhar para falarmos com o Sr. Paiva, então provedor da Santa Casa. Decorridos cerca de oito dias, fui informada para comparecer a uma entrevista de trabalho com a Mesa Administrativa. No final da mesma, foi-me comunicado que iniciaria funções na 2.ª feira seguinte. Senti naquele momento um misto de





sentimentos contraditórios: por um lado, felicidade pela oportunidade conseguida; mas, por outro lado, uma imensa preocupação pelo que daí poderia advir.

Quando iniciei funções, éramos apenas 9 funcionárias. Hoje, somos mais de 140. Naquele tempo só existia o lar de idosos, com poucos utentes. Hoje a realidade é outra e a dimensão da Misericórdia é incomparavelmente maior do que aquela que conheci quando comecei.

Quando entrei nesta casa não sabia o que era a velhice. Fiquei para “morrer”. Nunca tinha visto uma pessoa acamada, nem uma pessoa alimentada por sonda. Na minha aldeia havia idosos, mas estes eram autónomos e, quando ocorria um problema de saúde mais sério, eram internados no hospital e depois morriam. De maneira que, ao deparar-me com esta nova realidade, sofri um grande choque. No entanto, a necessidade de trabalho obrigou-me a mentalizar-me que a vida era assim. Dias houve em que chorei à entrada da porta. Vinha habituada a ser uma mulher livre, no sentido em que não tinha amarras em termos de horários e pressão no trabalho. No novo emprego, senti a preocupação e responsabilidade de fazer bem. Por outro lado, a avaliação constante a que estava sujeita, criava um sentimento de angústia e medo. No entanto, nunca tive problemas em realizar as minhas funções, porque vinha habituada a muito trabalho: vinha “queimada” do sol das terras pelo que, quando olhava para as outras colegas, sentia até uma certa vergonha. Vinha maltratada pela dureza do trabalho. Talvez por isso, ainda hoje, recordo que foi com muito agrado que vi a minha pele ficar mais clara à medida que o tempo passava.

Recordo, também, que aqui se trabalhava muito. Esfregava-se o chão de joelhos até o mesmo brilhar... e, quantas foram as vezes que, já depois do horário de trabalho ter chegado ao fim, éramos destacadas para outro serviço. Mas não se dizia que não. Fizeram-se grandes mulheres! Nos intervalos faziam-se atividades diversas, como arraiolos e, claro está, não faltava o convívio alegre entre as colegas.

Comecei com a categoria de ajudante de lar e, mais ou menos 18 anos depois, fui convidada para exercer as funções de encarregada geral. Reconheço que tive dúvidas em aceitar a promoção. Tinha medo de não ser capaz de estar à altura do desafio, de não conseguir desempenhar as novas funções. Agradeço a persistência, incentivo e força que recebi do Sr. Paiva, que me levou a aceitar. Tive as minhas dificuldades, mas tento fazer o meu melhor até aos dias de hoje.

Ao longo de todos estes anos, embora com o mesmo empenho, o exercício das minhas funções ficou mais difícil. Formar novas trabalhadoras é, atualmente, uma tarefa mais complicada e pesada. Existia então, uma humildade que hoje não há. Sendo certo que, antigamente, a necessidade também fazia com que as pessoas se agarrassem com mais vontade ao trabalho.

A minha vida mudou com a entrada nesta casa, pois só então soube o que era uma vida desafogada e com conforto. Reconheço que, o que sou e o que tenho, devo-o a esta casa.

Nos primeiros anos, o meio de transporte era a pé, fosse verão ou inverno e até com neve. Felizmente, a vida foi melhorando e, com 43 anos de idade, obtenho a carta de condução. Quando pude, comprei um carro e tudo se tornou mais fácil.

Ao longo do tempo tornei-me uma mulher mais vaidosa. O ordenado trouxe-me independência e permitiu-me fazer coisas que nunca pensei fazer. Adoro mimar-me: gosto de ir ao cabeleireiro e perco a cabeça com os “trapos”. Gosto de me arranjar e de me sentir bonita. Contrariamente àquele tempo, agora gosto de mim. O meu trabalho também me possibilitou dar aos filhos e netos uma ajuda que, com toda a certeza, sem ele não seria possível.

Reforço que me sinto uma mulher realizada, pois adoro o que faço. Nunca vim para o trabalho de má vontade e chego a sentir-me melhor nesta casa do que na minha própria casa. Considero que a Misericórdia merece muito de toda gente, nomeadamente, amor e carinho pelo bem que faz aos outros.

Evolui muito como pessoa e profissional e, em breve, deixarei o trabalho de toda





uma vida. Tenho esperança que quando regressar como utente, encontre a qualidade dos cuidados que toda a equipa realiza atualmente.

Levarei comigo o melhor de todos estes anos de ligação à Misericórdia. Os idosos serão sempre uma grata recordação e levarei no coração as colegas de trabalho. De uma maneira geral, sempre fui respeitada por elas e, ao longo dos anos, cresci e ajudei a crescer muitas delas.

Levo comigo, também, a melhor recordação dos meus superiores e agradeço todo o bem que me fizeram e aos meus. Amo esta casa.

Anália Correia (Encarregada de Serviços Gerais ERPI da Misericórdia)

## Recordo-me de Lavar Roupa no Tanque com a Água Gelada

Sou a Maria Hermínia Jesus Almeida e com 25 anos de idade comecei a trabalhar na Misericórdia. Até então cuidava da casa e dos dois filhos. O meu marido estava emigrado na Suíça e a minha comadre e amiga, a D. Anália, tinha começado a trabalhar na Misericórdia há cerca de 6 meses, pelo que resolvi tentar também a minha sorte.

Quando vim à entrevista, logo me disseram que, caso entrasse, tinha que fazer de tudo, se necessário fosse, até arralantar o nabal. É que o terreno do atual parque de estacionamento foi, em tempos, terra cultivada, onde se produzia um pouco de tudo: batatas, horta, tomates, nabal, etc.. Criavam-se animais, porcos e gansos e o que se produzia também se destinava à alimentação dos animais.

Comecei a trabalhar e fiz de tudo. Trabalhei nas limpezas, nos idosos e no que era preciso. Quando entrei tive as minhas dificuldades mas, graças a Deus e com a ajuda da Encarregada da altura, a D. Margarida Cunha, fiz-me mulher e aprendi a ser boa profissional.

O ambiente de trabalho era muito bom. Na altura só existia um lar e este era pequeno. As trabalhadoras eram unidas e ultrapassavam, em conjunto, os obstáculos que iam surgindo (e eram vários). Recordo que os horários eram alargados, não tinha carro nem outro meio de transporte. No inverno, era ainda mais duro: anoitecia muito cedo e ficava com medo de ir a pé para casa. Valia-me o meu pai que vinha ao meu encontro e, juntos, percorríamos a distância até casa. Assim foi por anos valentes, até ao regresso do meu marido definitivamente ao país. Altura em que passei a contar com a sua boleia de mota. A carta de condução e a viatura própria vieram muito depois.

Era tudo feito com muito sacrifício. Recordo-me de lavar a roupa no tanque com a água gelada, ainda de madrugada, antes de vir trabalhar. As mãos ficavam a doer com o frio da água. Outras vezes, num tanque pequeno na garagem, já depois do trabalho, lavava a roupa à mão, já a noite ia longa. Hoje em dia, tudo é mais fácil. Considero que as colegas que entram agora encontram condições de trabalho muito mais favoráveis. Ainda tenho bem presente o trabalho que era feito: os corredores e camaratas (quartos) eram de mosaicos e o chão era limpo à mão, com uma faca raspávamos as frestas e, com o auxílio de um esfregão, removíamos a sujidade restante. Depois, o mesmo chão era encerado. Este trabalho era feito de joelhos. Hoje em dia tudo é diferente e mais facilitado.

Recordo, ainda, que nas vésperas da inauguração do lar de acamados (ERPI - Lar de Grandes Dependentes), trabalhamos até de madrugada a limpar o chão, de maneira a assegurar que, no dia seguinte, tudo estivesse a postos para a sua abertura. Com poucas horas de descanso, a equipa de trabalho, iniciou o novo dia, sem ausências.

Já há uns anos largos que sou encarregada. O cargo que exerço trouxe-me muita responsabilidade. Asseguro que é espinhoso. Lida-se com muita gente e há dias muito esgotantes mas, gosto muito do que faço e gosto muito dos velhinhos. Nunca deixei de ter respeito por eles.

Hoje, reconheço ser uma mulher diferente. Naquela altura era mais viva, tinha muita genica. Agora tenho menos forças mas, por outro lado, sei mais da vida. O



passar dos anos, trouxe-me mais tranquilidade. Passei por muito, mas não me arrependo pois tive e tenho uma vida bonita.

Admito que a família é o meu orgulho, o meu porto de abrigo. Tenho nos filhos e netos a minha inspiração e é a eles que vou buscar forças quando preciso. São o meu bem maior na vida.

Maria Hermínia Almeida (Encarregada de Serviços Gerais ERPI da Misericórdia)

## Ergueram-se Importantes Edifícios

Nascido a 22/01/1961, sou o Carlos Agostinho Fernandes Alves e trabalho na Misericórdia há 34 anos. Estou casado com a colaboradora Ana Adília Augusta Oliveira, que já conhecia, mas de quem me aproximei quando esta também entrou ao serviço na Misericórdia. Após o período de namoro, formalizamos a união que mantemos desde então: uma relação estável e feliz.

A ligação a esta casa começou antes de 01/06/1987, data em que celebrei o último contrato. Anteriormente, trabalhei na Misericórdia, nas obras, mas ao dia e recebia à 2.ª feira. Assim foi por mais de um ano. Depois disso, tomei a decisão de ir embora e continuei a trabalhar nas obras, mas para outros patrões, por um período aproximado de dois anos. Acontece, porém, que não me faziam descontos para a Segurança Social, o que mais tarde me podia ser prejudicial. Atendendo a esta situação, regressei à Misericórdia, desta vez com contrato assinado e a realizar descontos. Volto a sair na tentativa de encontrar nova oportunidade, mas regresso uma vez mais e fiquei até aos dias de hoje.

O trabalho nas obras não era fácil mas, o que mais pesava era a dificuldade que muitas vezes existia na relação com a chefia direta. Digo, com orgulho, que integrei a equipa de homens das obras que ergueram importantes edifícios que hoje fazem parte dos equipamentos físicos da Santa Casa: Lar de Grandes Dependentes; Jardim de Infância; prédio das finanças; bloco dos serviços administrativos; cozinha das ERPI; moradias em Várzea; prédio da “Paginadoze”; edifício das Amoreiras; e tantos outros. No entanto, aquela que se revelou mais difícil em termos de trabalho, foi o edifício das Amoreiras, onde funciona atualmente a resposta de Centro de Dia. O ano da sua construção coincidiu com um inverno rigoroso, com muita chuva e frio. Os fatos de oleado que usávamos andavam todo o dia húmidos sobre o corpo. Esta situação não me trouxe saúde aos ossos. Hoje em dia, tenho problemas a esse nível, em grande medida, devido aos maus bocados que passei. Nos dias de hoje há máquinas para tudo mas, naquela altura, o trabalho era essencialmente feito à mão, exigindo, por isso, um esforço físico redobrado.

Em 2014 e na sequência de uma cirurgia à coluna, fiquei impossibilitado de continuar o meu trabalho nas obras. Fui reclassificado profissionalmente, passando a desempenhar a função de motorista afeto, essencialmente, ao serviço do consultório. Recordo que, no início, tive dificuldades: as deslocações diárias para Viseu, Coimbra e outros destinos, para conduzir os idosos a consultas e à realização de exames médicos, impuseram uma adaptação e aprendizagem. Contudo, essa dificuldade foi ultrapassada com a ajuda das Sras. auxiliares do consultório, que sempre me acompanhavam nas deslocações. Desde então, mantenho uma relação de trabalho e de amizade com estas colegas de trabalho, assente no respeito e cordialidade, muito por força das circunstâncias vividas e partilhadas ao longo dos últimos anos. Quanto aos restantes colegas, nunca tive desentendimentos ou o mais pequeno problema.

Com os idosos, tenho a melhor das relações. Nutro um profundo respeito por todos e gosto, sempre que me é possível, de conversar e fazer-lhes um agrado. Estou sempre disponível e solícito para atender aos seus pedidos e recados.

Ainda que remunerado de acordo com a tabela salarial em vigor e em função da minha categoria, guardo alguma mágoa que, provavelmente, me acompanhará quando cessar funções: gostaria de ter um vencimento maior, isto porque, vejo aproximar-se a idade da reforma e considero que esta não espelhará o trabalho de tantos anos de dedicação.

Carlos Alves (Motorista de Ligeiros das ERPI da Misericórdia)



## Sou o Homem dos Sete Ofícios

Eu sou o João Paulo Pereira Rocha, atualmente com 51 anos e comecei a trabalhar na Misericórdia com 18 anos. Apesar de muito jovem, este não foi o meu primeiro emprego. Bem cedo soube o que era trabalho. Já com experiência na construção civil, resolvi, em determinado dia, procurar novo emprego, uma vez que trabalhava à diária e não faziam descontos para a Segurança Social. Foi logo aceite na Misericórdia, porque já sabia trabalhar. O grupo de trabalho tinha 9 homens ao serviço e o ambiente era alegre e divertido.

O gosto pelas cantorias, começou em tenra idade e fazia questão de cantar e animar os meus colegas pois, desta forma, o trabalho até corria melhor. Recordo com satisfação que o primeiro subsídio que recebi, empreguei na aquisição da minha primeira guitarra elétrica, da marca "Maison" e num amplificador "PV". Com esta compra, senti uma imensa alegria que me marca até aos dias de hoje. Até então, fabricava em madeira os próprios instrumentos. Algum tempo depois, comprei uma mota, uma "Zundapp 3". Nos intervalos, com os colegas mais novos, fazíamos umas brincadeiras, umas corridas, testando as habilidades em acrobacias, como se de motas de "cross" se tratassem.

A primeira obra que ajudei a fazer, foi o Bloco 3, edifício onde se encontra a Paginadoze e a Escola de Condução Batista. Seguiu-se a construção do edifício das Finanças. Entretanto tive que me ausentar por oito meses, para ir à tropa, no regimento Infantaria 14, em Viseu, onde fui corneteiro e tocava na fanfarra. Lá aprendi a tocar os instrumentos de sopro. A fanfarra do quartel tocava nas festas civis e guardas de honra, em várias cidades. No meu regresso, integrei a equipa para a construção da 1.ª fase do edifício do Jardim de Infância. Seguiu-se a reconstrução da Capela de Santo António. O ritmo da construção não abrandou e o projeto seguinte foi a construção da habitação da utente do SAD – Serviço Apoio Domiciliário, D. Henriqueta Soares. Retomou-se a construção do edifício do Jardim, 2.ª fase, construíram-se as instalações do SAD, entre outras.

Para além desta intensa atividade na construção civil, também se assegurava os trabalhos de manutenção e tarefas agrícolas. Naquela altura, a Misericórdia criava porcos. Eram comprados pequenos e, posteriormente alimentados para se tornarem boas sebas. A matança e o desmanche ainda eram permitidos e eram assegurados pelos trabalhadores, sendo a carne consumida na Instituição. No dia do desmanche, havia direito a um lanche melhorado. As fêveras iam para a brasa, com pão e acompanhados de uma boa pinga. Era uma alegre confraternização entre a equipa de homens e o então Provedor, Sr. Paiva, que sempre se juntava à equipa, pois apreciava o convívio. Quando um deles fazia anos, era uma festa! Não faltava comida: trazia-se de casa comida caseira como frango, fêveras, bacalhau, o que fosse e passava-se um bom bocado. Foi uma época de muito trabalho mas, também, de momentos bem passados.

Em paralelo com a atividade profissional, sempre consegui conciliar o gosto pela música. Depois de fazer a tropa, formei o meu primeiro grupo musical "Galandra – A Banda" e comecei as atuações em festas populares. Na Misericórdia não deixei de "dar música" sempre que a ocasião se justificava. Assim, fui convidado a animar as festas e arraiais que se realizavam no local de trabalho, designadamente: a Festa de Santo António, a celebração dos aniversários dos idosos e as marchas populares. Festas que ainda mantemos. Desta entrega, recordo que aquando da participação da Misericórdia nas marchas populares da cidade, por ocasião das festas, fui responsável pela criação da letra e música da respetiva marcha.

Para além da autoria da marcha anterior, também fiz outras músicas e letras que vamos cantarolando.



### Marcha:

Somos funcionárias  
Todas a cantar  
Com amor e carinho  
Aqui viemos dar  
Arcos enfeitados  
Cheiro a manjerico  
Oh meu rico Sto. António  
Em casa é que eu não fico



A participação nas festas e animações, continua até aos dias de hoje.

Gosto de trabalhar na Misericórdia e faço sempre de boa vontade os trabalhos para os quais sou solicitado. Sou o homem dos sete ofícios. Coloco gosto e empenho em tudo o que faço e dizem-me que descubro talentos, como o de artesanato. Este último, revelou-se na criação de peças para o presépio, que se tornou um alvo de atração na quadra natalícia ou, ainda, na decoração dos tratores que utilizamos no desfile de Carnaval com os idosos.

Atualmente, a equipa de obras e manutenção está mais reduzida em número de homens e o trabalho na construção de raiz é inexistente. Nos dias de hoje, estou mais dedicado aos trabalhos de manutenção dos edifícios, reparação de objetos e utensílios e na realização de trabalhos na área da eletricidade.

Nunca tive problemas com colegas, pelos quais nutro consideração e respeito. Todos me merecem o mesmo tratamento, independentemente de quem são e o que fazem na instituição. Mas, também, sei que sou por eles respeitado. Com alguma tristeza, admito que a Covid-19, veio interromper temporariamente o convívio e a alegria entre idosos e colegas. Apesar de tudo, faço planos para breve tendo, em setembro, já trazido o milho para os idosos desfolharem e uma farta merenda para assinalar o final da “descascadela”.

Faço questão de lembrar que uma das mais gratas memórias que tenho, foi o fim de semana passado no Inatel da Foz do Arelho, na companhia de mais duas colegas e respetivos cônjuges. Este prémio foi atribuído pela Mesa Administrativa, no âmbito do processo de avaliação de desempenho. Se, no início, me mostrei relutante em aceitar, depois, considero que foram uns dias fantásticos, passados em boa companhia e num ambiente bonito e descontraído.

Com esperança num futuro mais otimista, isto se a Covid-19, não atrapalhar mais do que já consegui, pretendo ficar com mais memórias de outros convívios entre idosos e colegas.

João Rocha (Pedreiro/trolha das ERPI da Misericórdia)

## Não Havia Telemóveis e Recebia as Cartas do Namorado Lá na Misericórdia

Em finais de 1989 dei entrada para trabalhar na Santa Casa da Misericórdia.

Fui colocada na cozinha para preencher a vaga de uma colega que tinha falecido. Na altura, entrei como interna. Aceitei de bom grado porque era solteira, não tinha transporte próprio e as condições que me deram preenchiam tudo aquilo que eu precisava para trabalhar com “velhinhos”. Foi o que sempre eu quis fazer.

Na cozinha estive pouco tempo. Descobriram que tinha talento para ocupar outros setores e comecei a fazer as higiènes aos utentes, a dar as refeições, a colocar a medicação na mesa para os utentes tomarem e a estar junto deles para o que eles precisassem. Tinha horários de começar às 7h e ia até às 21h, com intervalos para fazer as minhas refeições. Nesses intervalos podia sair da instituição para fazer algo para mim: ia até à vila (na altura era vila), fazer compras pessoais; ia à cabeleireira; etc.. Às 19h, eu e as outras colegas também internas, começávamos a deitar os utentes que precisavam de ajuda. Às 20h era a nossa hora de jantar.

Eramos oito colegas internas e também fazíamos as noites - duas colegas por noite e assim corria a vez a todas. No dia a seguir era a folga e tanto podíamos lá ficar como ir a casa ver a família. Eu preferia ir a casa visitar os meus pais e irmãos. Nessa altura, recordo-me, o meio de transporte era a automotora (o comboio!) e os autocarros eram muito poucos (C.P.) e os horários não davam muito jeito. Também foi durante esse tempo como interna que tirei a licença de mota e, depois, a carta de condução.

Lembro-me, ainda, que na altura não havia telemóveis, usava-se mais o telefone fixo e recebia as cartas do namorado lá na Misericórdia. Era tempo de muito trabalho, mas também de partilha, de humildade, compreensão e carinho. Gostava muito de ouvir histórias das vidas dos utentes, era confidente de alguns e vice-versa. Eramos família, não de sangue, mas de coração. Saudades que tenho...





Com o passar do tempo no intervalo entre o pequeno almoço e o almoço ia com uma carrinha com alguns utentes passear, de preferência às terras deles. Não iam sempre os mesmos. Eles ficavam felizes, agradecidos. Havia, também, saídas para outras terras, juntamente com a animadora; havia intercâmbios com outras instituições e, normalmente, não havia horários a cumprir.

Depois casei. Ao fim de quatro dias de casada ligaram para casa dos meus pais para ir fazer noite e lá fui eu. Amava e amo o meu trabalho. Foi sempre o que gostei de fazer e ainda faço. Tinha dias que entrava às 7h da manhã, levava a minha filha enrolada num cobertor e ia entregá-la à ama, para só a ir buscar às sete ou oito da noite. E só com uma folga por semana!

Quando mudava para outro setor, no consultório - nas consultas, estava durante o horário de trabalho na instituição. Saía às 17h e até à meia noite estava de serviço ao hospital. Caso fosse preciso ir acompanhar os utentes ao serviço de urgência a Viseu eu ia e não ganhava mais por isso. Se fosse chamada, ia até à hora que fosse e, no outro dia, tinha de estar ao serviço para mais um dia de trabalho. Mais uma vez digo, gostei sempre e continuo a gostar do que faço, aprendi muito e ainda quero aprender mais.

Agora estou a trabalhar no Centro de Dia. É diferente do trabalho no Lar. Gosto muito. Continuo a aprender e a conhecer outras histórias de vida maravilhosas. Algumas tristes (faz parte da vida), porque a vida não é só coisas boas ou mais-ou-menos. Há coisas muito más. Se assim não fosse, não dávamos importância ao valor da vida.

Só tenho pena de não ter as mesmas capacidades físicas para ir mais longe. Este emprego não é só onde ganho o meu ordenado. É, também, onde vivo experiências, ganho conhecimentos e valorizo o que realmente sei fazer e o que gosto de fazer na minha vida.

Maria Fátima Silva (Ajudante de Lar e Centro de Dia na Casa das Amoreiras - C. de Dia)



## Recordo de Levar Água Quente num Caneco

O meu nome é Maria de Fátima Regada Ferreira Pereira e entrei na Misericórdia a 27/03/1992. Fiquei cinco dias à experiência, das 7h da manhã às 19h, rodando todos os setores, para melhor conhecer a instituição. A vontade de conseguir o trabalho era grande, pois era o meu primeiro emprego e a garantia da minha independência. A experiência correu bem e fiquei com o trabalho. Com apenas 16 anos, fui iniciar funções no lar de acamados, nos cuidados aos idosos, sempre na expectativa de exercer bem o meu trabalho.

Decorridos alguns anos ingressei no SAD (Serviço de Apoio Domiciliário), onde já perfaço 22 anos de serviço. Assim, o meu percurso profissional na instituição está, na sua maioria, associado ao SAD, onde acompanhei a sua evolução e crescimento. Nos inícios eramos só duas colaboradoras a assegurar os serviços e hoje somos onze. Inicialmente somente levávamos alimentação a casa dos utentes e fazíamos poucas higiènes. Ainda me recordo de levar água quente num caneco da instituição para casa do idoso, pois este não tinha água em casa!

O facto de exercer funções no SAD ao longo destes anos é compensador, pois gosto de conhecer novas realidades e ajudar os idosos a manterem-se nas suas casinhas o mais tempo possível e com qualidade de vida. É gratificante vê-los felizes! Por outro lado, ainda fico chocada com as realidades que se encontram hoje em dia, nos domicílios. Uma situação que me deixou muito abalada foi encontrar uma idosa, à hora de almoço, caída num arreto e queimada pela geadada, pois tinha lá permanecido durante a noite. Felizmente, graças ao nosso serviço, ajudámos a idosa a recuperar.

Atualmente, o SAD está mais completo a nível de serviços e, assim, conseguimos abranger mais idosos e prestar um melhor auxílio para o seu conforto e autonomia. Eu também me fui adaptando a esta evolução e crescendo como pessoa ao longo dos anos. Já não sou a Fátima de 16 anos, mas continuo com a mesma vontade de contribuir para o bem-estar dos meus idosos.

Maria Fátima Pereira (Ajudante Familiar Domiciliário no SAD)





## Um Regresso a Casa

A chegada da pandemia alterou definitivamente a vida de todos nós, de diversas formas. Na verdade, esta parece uma frase feita, mas é a mais pura realidade.

Como sempre, foram os mais frágeis que pagaram a fatura mais pesada. De repente, os nossos familiares mais queridos viram-se privados da presença física e do suporte emocional, tão fundamental numa fase da vida demasiadamente complexa e delicada.

Embora as instituições se tenham visto privadas de muitos recursos humanos, os seus profissionais multiplicaram os esforços e, apesar da frieza imposta pelo uso inesperado das máscaras e fatos protetores, que lhes ocultavam a face, reinventaram formas de mitigar a ausência dos familiares. Apareceram então as vídeo chamadas. Esta foi, porventura, a única forma que, durante intermináveis meses, tivemos de lhes lembrar que estávamos aqui e que não os tínhamos esquecido ou até abandonado.

De facto, foi muito duro e penoso suportar esses momentos em que, inesperada e forçosamente, damos conta de que estamos a ver sem tocar, a dizer adeus sem beijar e, sobretudo, a assistir a um galopante processo de definhamento a que estas distâncias e ausências conduziram.

No entanto, como diz o povo, não há mal que sempre dure nem bem que nunca acabe. Começámos finalmente a ver a luz ao fundo do túnel e a assistir ao início das tão desejadas visitas. Primeiro, separadas por um vidro; mais tarde, sem barreiras físicas. Regressaram, também, as idas a casa sem obrigação de quarentena e, aí, o afeto é presenteado com o carinho, com o toque, com o cheiro, com o olhar e com o pôr a conversa em dia. Aquela conversa de tudo e de nada, mas sempre com muito amor.

Olhando para trás, temos a noção de que, nesta idade, muito do que os nossos pais, familiares e amigos perderam não pode ser recuperado. Todavia, ansiamos o fim das restrições das visitas, ainda existentes, para que possamos devolver aos nossos, mais frágeis, o conforto e o amparo da família, que todos merecemos ter nesta fase final da nossa vida.

Não podemos deixar de manifestar, por último, o nosso agradecimento a todos aqueles que, neste momento de provação, se transformaram em filhas e filhos adotivos dos nossos pais.

José Luís, Nuno e Pedro Morujão (Filhos de Maria Fernanda Morujão - utente da ERPI Lar de Grandes Dependentes)



## A Importância de Brincar nas Férias de Verão

### Dinâmicas na Creche

O sol e o calor do verão convidam às atividades ao ar livre, envolvendo o contacto com a natureza que nos rodeia. Assim, brincamos no parque infantil, fizemos piqueniques e passeámos.

No interior da instituição também nos divertimos. Fizemos receitas, aprendemos músicas divertidas sobre esta estação e fizemos atividades de expressão plástica. Todo um conjunto de dinâmicas de estimulação dos diferentes sentidos e de incentivo à autonomia.



### Dinâmicas no Pré-Escolar

Brincar é muito importante para o desenvolvimento e a felicidade das crianças.

De igual modo, passar tempo ao ar livre tem inúmeras vantagens para a imunidade, a saúde e a evolução dos mais jovens.

Com base nesta premissa, foram desenvolvidas várias atividades no pré-escolar no exterior e não só: piqueniques, piscina, jogos, construções na areia, futebol, dança e desenhos livres no parque foram algumas das atividades realizadas. Foram, também, efetuadas atividades de artes visuais, atividades culinárias e sessões de cinema.



### Dinâmicas no CATL

O CATL da Misericórdia continua a dar resposta às motivações das suas crianças, dinamizando diversas atividades com vista à ocupação saudável dos seus tempos livres.

O programa de verão iniciou com atividades recreativas (interligadas com a natureza), fomentando uma vida menos sedentária e mais saudável. A destacar as seguintes iniciativas promovidas: visita ao Rio Alfusqueiro, em Cambra, com direito a banho e vários desportos; caminhadas ao Parque das Nogueiras, seguido de diversão pelas diversas áreas do espaço e caminhada pela Ecopista; torneios da malha, matraquilhos, petanca; jogos de água e piscina;...

Foram umas férias de Verão repletas de atividades educativas e lúdicas.



Ana Pinto, Elisabete Oliveira, Gilberto Carmo e Helena Salazar



# Mecenato e Patrocínios

## - Programa -



Conheça o nosso programa de Mecenato e Patrocínios.

Verifique de que forma poderá contribuir, como faremos a divulgação desse apoio, que projetos poderá apoiar.

Acompanhe-nos nesta causa social.

**QUAL É A SUA CAUSA?**

Informações:  
R. da Misericórdia, n.º6 | 3660-474 São Pedro do Sul | Tel. 232 720 460 | geral@msspsul.pt | www.msspsul.pt



## - Campanha de Angariação de Fundos - ERPI Lar de Grandes Dependentes -

### Mecenato




Acompanhe-nos nesta causa social. Ajude-nos a iniciar a remodelação da ERPI Lar de Grandes Dependentes. O seu apoio, por pouco que seja, marcará a diferença.

Para todos os donativos recebidos será emitido recibo, consagrando-se ao mecenato os benefícios fiscais previstos em sede de IRS.

Conheça os restantes projetos.

**QUAL É A SUA CAUSA?**

Informações:  
R. da Misericórdia, n.º6 | 3660-474 São Pedro do Sul | Tel. 232 720 460 | geral@msspsul.pt | www.msspsul.pt

### Protocolos Comerciais














## Contacte-nos

Telefone-nos para obter mais informações sobre os nossos serviços e produtos.

**Santa Casa da Misericórdia de Santo António de São Pedro do Sul**  
R. da Misericórdia, n.º6  
3660-474 S. Pedro do Sul

Tel.: 232 720 460  
geral@msspsul.pt

Visite-nos na Web em  
[www.msspsul.pt](http://www.msspsul.pt)  
[www.facebook.com/misericordia.santoantonio](https://www.facebook.com/misericordia.santoantonio)

Skype para contacto com idosos residentes (familiares): msspsul1

## Tome Nota:

### Plano anual de atividades

As atividades culturais, transversais e de envolvimento comunitária previstas no plano anual de atividades, face ao plano de contingência em vigor no âmbito do combate nacional à Covid-19, encontram-se suspensas até novas orientações da DGS - Direção-Geral de Saúde/Organismos Oficiais.

Agradecemos a compreensão de todos face ao combate nacional à Covid-19.

Seja um agente de Saúde Pública.

#### Plano de Contingência Covid-19

(+info COVID-19 na Direção-geral da Saúde: <https://covid19.min-saude.pt/>)

(+info Plano Contingência MSPS: <https://msspsul.pt/downloads/dldocumento/358>)

(+info Plano de Desconfinamento MSPS: <https://msspsul.pt/downloads/dldocumento/449>)

Descubra como pode colaborar e apoiar a Misericórdia. Contacte-nos ou visite-nos na Web.