

# Caminho no Tempo



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

n.º30 | Março 2022



## Nesta Edição

- A sacola; A importância da sesta; As cores na infância; A matemática no Pré-escolar; A importância do SAD na comunidade; Motricidade fina; Alergias; Retratos de uma vida; Contas de gerência 2021;...

Patrocínios:



## Ficha Técnica

Propriedade:

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

Periodicidade: Trimestral

N.º 030 - março 2022

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

Amélia Cravo  
Ana Cristina Rodrigues  
Ana Oliveira  
Ana Pinto  
Ana Rita Gomes  
Anabela Costa  
António Alves  
Cátia Henriques  
Cláudia Madaleno  
Diana Pinto  
Elisabete Oliveira  
Eufémia Fernandes  
Gilberto Carmo  
Gonçalo Araújo  
Helena Salazar  
Inês Cruz  
Joana Soares  
João Marques  
Luísa Almeida  
Mara Almeida  
Maria Alice Oliveira  
Maria Conceição Soares  
Maria Dores Correia  
Paula Sofia Martins  
Teresa Almeida  
Teresa Susana Campos  
Teresa Tojal  
Valentina Beregova  
Vera Neves



António Pinto, Secretário da MA

## Nota de Abertura

Iniciamos uma nova edição do “Caminho no Tempo” com dois testemunhos e sugestões de melhoria da linha editorial da revista, com objetivo de melhorarmos continuamente os conteúdos que disponibilizamos.

Seguimos com os relatos de histórias, dinâmicas pedagógicas na área de infância, informação técnica e atividades correntes por associação ao primeiro trimestre de 2022. Abordamos, ainda e de forma alargada, a visão e perspetiva do serviço de

SAD - Serviço de Apoio Domiciliário, ressaltando a sua importância no retardar da necessidade de integração em ERPI - Estruturas Residenciais para Idosos.

Mantemos o exercício de registo histórico e de lembrança, com as histórias de vida dos utentes das respostas sociais da área sénior e terminamos com observações gerais e indicadores de atividade no tocante à última assembleia geral da instituição, nomeadamente a aprovação do relatório e contas de gestão de 2021.

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

## A Sacola

Havia um menino de olhar radiante, que na sua sacola, levava com alegria o jornal onde aparecera, vestido de Dragão. Teria sido no Carnaval.

O seu entusiasmo era visível e quando chegou junto dos seus pais, mostrou-lhes e, tal era a sua ansiedade, que junto com a sua família, desfolharam as páginas do jornal e riram com as peripécias dos mais novos e dos mais velhos. Sim, porque o Caminho no Tempo é um boletim para os pequenos e para os grandes, os guardiões da nossa sabedoria que já tanto fizeram, mostrando nos seus rostos e nas suas mãos, as marcas do tempo, a que um dia os mais novos chegarão.

O menino, agradeceu aos seus pais, poder fazer parte desta família, tão atenta, tão receptiva, que todos os dias abrem a porta com um sorriso nos lábios e um “bom dia” carinhoso e acolhem os nossos filhos com amor e afeto, transmitindo serenidade e companhia. Embora, na despedida, haja sempre um choro ou outro, isso pressupõe que as aventuras foram as mais belas.

O menino anseia pelo próximo boletim, talvez apareça por lá, juntamente com as flores, os passarinhos e o anseio pela primavera. Continuemos a receber este boletim e a olhar para ele e pensar que, do outro lado, se encontra alguém que se esforça por ele existir. Vamos desfolhar e compreender cada sorriso, cada atividade, e ajudar, ajudar com qualidade, com amor e resistência, com amor aos que amor dão para que este boletim exista.

Bem, só faltava uma rádio em direto, para os podermos ouvir durante o dia, o som melodioso dos nossos filhos, os cantares antigos dos nossos velhinhos.

Foi pedida a minha avaliação sobre o jornal, mas eu sou uma contadora de histórias e não podia deixar de contar uma história positiva, porque é o que sinto. O Jornal mostra a realidade, a cumplicidade, festas e boa disposição nas tradições entre cuidadores, idosos e crianças. É perfeito.

Obrigado por cuidarem dos nossos mais que tudo.



Paula Sofia Martins (Encarregada de Educação)

## CT Sugestões

Relativamente ao solicitado e sem ter uma visão profunda sobre a revista "Caminho no Tempo", considero que esta possui um formato agradável, com uma boa ilustração e artigos interessantes e sucintos.

No entanto, sugiro uma maior abordagem a outras rúbricas, tais como:

- Artigos sobre saúde inerente aos utentes.
- Procedimentos a seguir pelos cuidadores.
- Divulgação da inclusão do idoso em projetos e programas na comunidade e nas diferentes valências da instituição.
- Espaço de experiências culturais dos utentes (gastronómicas, desportivas...).
- Espaço lúdico com passatempos, anedotas, sopa de letras, de estimulação cognitiva e outros.



Penso que desta forma a revista poderá aumentar o número de leitores, pois poderá ser vista e lida por crianças e idosos.

António Alves (sobrinho da utente Maria Adelaide, Centro de Dia)

## Dedicação Contínua

Começamos o ano de 2022, nesta rubrica da nossa revista, por lembrar os nossos colaboradores que nos primeiros três meses do ano, completaram mais um ciclo de 5 anos de ligação a esta casa. Endereçamos os nossos parabéns e o nosso reconhecimento pelo trabalho e dedicação.

- Manuel Henrique Rodrigues Mões - 30 anos;
- Maria Antónia Gomes Bernardo Figueiredo - 30 anos;
- Maria Fátima Almeida Rodrigues Correia - 30 anos;
- Maria Palmira Almeida B. Rodrigues - 30 anos;
- Ana Maria Santos Figueiredo Paiva - 20 anos;
- Eufémia Gomes Fernandes - 20 anos;
- Helena Maria Correia Silva Soares - 20 anos;
- Maria Adelaide Almeida Fernandes - 15 anos;
- Maria Deolinda Amaral Rebelo - 15 anos;
- Tânia Sofia Pereira Loureiro - 15 anos;
- Maria Fátima Martins Gomes - 5 anos.



Ana Oliveira



## Dia da Mulher

No dia 08 de março de cada ano, assinala-se o dia Internacional da Mulher. Nas vésperas e no dia, muito se escreve e muito se ouve acerca desta data. Somos inundados com publicidade para presentes, ofertas originais e jantares com ementas especiais. Tudo sob pretexto de se comemorar o nosso dia e, sobretudo, para nos lembrarmos ou avivarem a memória a outros, que existimos e somos mulheres. Tal é necessário? Precisamos deste dia? Claro que sim! Embora avessa ao carácter mais comercial que a festividade implica, ainda assim, não pode ser anulado o seu efeito. Não é de mais lembrar o nosso papel no passado, a nossa importância no presente e o nosso legado para o futuro. Se à boleia de uma data, se fala e se escreve acerca da MULHER e dos seus feitos, então vale muito a pena.

Existem aqueles que dizem que temos o sexto sentido. Como sabemos, não existem evidências científicas para corroborar esta versão. Considero que tal se fica a dever à nossa apurada sensibilidade e capacidade de resolver os problemas. Com o sexto, o décimo ou muito mais sentidos, somos provas da força humana. Levamos aos ombros uma família, um trabalho, uma casa, uma comunidade e tudo o resto. Fazemo-lo com um sorriso na cara e uma força que brota das entranhas, capaz de ir até ao cume das montanhas. Percorremos um caminho muitas vezes espinhoso, mas a predisposição inata para dar colo e alento, cria em nós uma armadura que nos confere a força e robustez necessárias para caminharmos sozinhas ou levarmos pela mão quem precisa de nós. Agimos assim, porque não sabemos ser de outra maneira. Aprendemos com as nossas avós e com as nossas mães. E elas receberam estes ensinamentos das gerações passadas.

Somos mulheres no dia 08 de março e nos restantes dias do ano. Sabemos ser merecedoras de afeto e respeito, porque a nossa vida é definida pelas necessidades dos que nos cercam.

Ana Oliveira



## Ser Mãe de Criança com Diabetes Mellitus Tipo 1 (DM1)

Recordando o artigo “Diabetes em Ambiente Escolar”, publicado na edição anterior, deixo o meu testemunho, a nossa história de luta e superação que começou em 2019, quando foi diagnosticado Diabetes Mellitus tipo 1 (DM1) à minha filha de apenas quatro anos e meio.

A Diabetes Mellitus tipo 1 (DM1) não está diretamente associada à alimentação ou estilo de vida que fazemos. É uma doença autoimune em que o sistema imunológico da criança ataca as células do pâncreas que produzem a insulina. O pâncreas deixa de produzir a insulina, tornando a pessoa dependente desta hormona responsável pela redução da glicemia no sangue.

Recordo-me daquele dia cinzento em que o mundo desabou do nada, sem avisar, sem pedir licença, entrando na nossa vida de mansinho e em silêncio. Veio para ficar e acompanhar-nos para a vida toda...

Parece que a vida se reiniciou. Aprendemos a viver de novo, de mãos dadas com a diabetes, medindo a glicemia de duas em duas horas, pesando toda a comida que é ingerida, introduzindo os hidratos de carbono e administrando a insulina sempre que necessário.

Felizmente, com as novas tecnologias veio uma melhoria na qualidade de vida. Depois de uma luta que parecia não ter fim, conseguimos adaptar e viver da melhor forma possível. Não tem sido fácil, mas parece-nos que estamos no caminho certo.

Valentina Beregova (Encarregada de Educação)

## A Importância da Sesta

O sono permite-nos recuperar física e psiquicamente o dia-a-dia, reorganizando todas as nossas funções, sendo que, nas crianças, ainda contribui de uma forma fundamental para o seu crescimento corporal.

As crianças não são todas iguais, existindo uma variabilidade individual, que deve ser respeitada. É importante, por isso, que os pais estejam atentos aos sinais que a criança transmite.

Pesando as consequências da privação da sesta nas crianças com as suas vantagens, as recomendações sugerem que a sesta deve ser implementada até à idade escolar, nomeadamente nas creches e pré-escolar.

Tendo em conta a idade da criança e as suas necessidades individuais, deve ser ajustada a duração do período da sesta e a mesma deve realizar-se num ambiente adequado para o efeito, podendo considerar-se que a criança estará preparada para um único ciclo diário de sono à noite, quando nos apresenta os seguintes indicadores:

- Apresenta resistência prolongada na hora de adormecer à noite porque não está cansada.
- Apresenta, comparativamente ao habitual, despertares noturnos.
- Acorda muito mais cedo de manhã.
- Tem incapacidade em adormecer no período inicial de 30-40 minutos da sesta.
- Revela capacidade de passar o dia acordado, em atividade e atenção, sem necessidade de sestas.

Em Portugal, a maioria das crianças não dorme o número de horas recomendado para a sua idade. Consequentemente, uma elevada percentagem de crianças em idade pré-escolar tem privação permanente de sono, que predispõe à ocorrência de sestas tardias ou no trajeto para casa, com repercussão no sono noturno.



A família tem um papel fulcral no estabelecimento de um sono saudável e é da sua responsabilidade criar normas para a “higiene do sono”. Destacamos:

- Estabelecer um horário regular de deitar, com diferença máxima aos fins de semana de 30 minutos.
- Criar uma rotina de deitar nos minutos que precedem a ida para a cama, como por exemplo, vestir o pijama, lavar os dentes, ler uma história.
- Deitar a criança na sua cama ainda acordada, permitindo, se necessário, o uso de objeto de transição como uma fralda, a chupeta ou um boneco.
- Evitar adormecer em locais que não sejam a sua própria cama.
- Evitar atividades estimulantes antes de adormecer (ex.: exercício físico e utilização de ecrãs - TV, telemóveis, tablets, consolas).
- Evitar bebidas estimulantes, por exemplo chá, antes de adormecer.

Gilberto do Carmo e Susana Campos



## As Cores na Infância

Tudo o que é colorido chama muito a atenção da criança, que costuma ficar encantada e vitrada diante do universo de cores que a rodeia. Além desse lado lúdico, as cores são fundamentais para estimular o desenvolvimento integral das crianças: seja em casa, na creche ou no pré-escolar, o uso de cores contribui, entre outras habilidades, para o desenvolvimento da capacidade motora e cognitiva, do raciocínio, da fala, do tato, da audição e do paladar.

Quanto antes o estímulo colorido fizer parte da rotina das crianças, melhor será o desempenho social e escolar. Por isso, é na infância que esse estímulo com as cores precisa começar. Afinal, essa é a fase da vida em que a cognição se expande mais rapidamente.



## Benefícios

São inúmeros os benefícios trazidos pelas atividades que exploram o universo das cores. Entre eles, está a coordenação motora. Ao colorir, por exemplo, a criança precisa de movimentar as mãos, os dedos, os pulsos e os braços a partir dos movimentos finos. Essa atividade é essencial para treinar, também, a manipulação de pequenos objetos e para o aprendizado posterior da escrita.

Ao aprender sobre as cores, colorir e construir objetos coloridos, a criança também desenvolve a capacidade de concentração e a coordenação dos olhos. Outra habilidade é a noção de espaço e limites, diretamente relacionada ao ato de colorir, pois é preciso ficar atento aos limites impostos pelas linhas dos desenhos, ao mesmo tempo em que se trabalha a combinação de cores.

O ensino das cores pode ser um importante aliado, também, do desenvolvimento fonético das crianças. As atividades que envolvem adivinhar e dizer o nome das cores contribuem para o aumento do vocabulário e boa dicção.

A associação é outro benefício trazido. Ao aprenderem sobre as cores, as crianças ficam mais atentas ao universo colorido que está ao seu redor. A partir disso, passam a observar que determinadas coisas possuem cores específicas, como o azul do céu, a erva verde e o branco das nuvens.

## Aprendizagem e Psicologia das Cores

Geralmente, as crianças aprendem as cores entre os dois anos e meio e os três anos, começando por distinguir cores vivas: vermelho, verde e amarelo.

É possível aproveitar tudo o que há para ensinar as cores. Frutas são um ótimo exemplo, pois existem nas mais diferentes cores e formas. Também é possível usar os brinquedos preferidos e as roupas que a criança está a usar.

Também é importante começar com as cores primárias, ou seja, vermelho, azul e amarelo. São mais fáceis de identificar e, da mistura delas, derivam as outras.





A cor é uma espécie de energia e ela é capaz de afetar não só a percepção, mas o humor e as atitudes das pessoas em qualquer idade.

A psicologia das cores analisa o papel e a influência que as cores exercem nos nossos pensamentos e emoções, trazendo incômodo, conforto, atração, tranquilidade, entre outras sensações.

Já que as cores têm um papel tão importante no nosso estado emocional, é preciso atentar-se sobre como as crianças podem ser afetadas por elas. A psicologia das cores na infância pode ajudar a entender a maneira como elas se comportam sob diferentes estímulos de cor.

## Como as Cores Impactam no Comportamento

A arte desempenha um papel central na formação e desenvolvimento de uma criança e, um dos principais fatores, está, justamente, no poder das cores quando empregadas de modo inteligente e estratégico.

Ambientes quentes com muito amarelo, laranja ou vermelho, são mais vibrantes e aceleram a atividade cerebral. Como são bastante estimulantes, em excesso, podem levar a maior agitação e dificuldade de concentração. Ao contrário, ambientes com azul ou lilás ajudam a acalmar, mesmo as mais hiperativas.

As crianças costumam preferir cores saturadas, ou seja, as mais simples e primitivas (amarelo, vermelho, azul etc.) e o processo começa desde cedo. Por isso, é tão importante estimular bebês com objetos coloridos, por exemplo.



## Como Analisar as Cores nos Desenhos

As cores têm uma relação estreita com a nossa mente. Além de provocarem sensações, a partir delas é possível notar algumas pistas dos pensamentos e sentimentos das crianças. Aqui vão algumas dicas para olhar com mais atenção para os desenhos dos seus filhos e entender o que se pode estar a passar pela cabeça deles.

- **Azul** - Costuma ser muito usada por crianças mais tranquilas, criativas e que têm autocontrole.
- **Vermelho** - Pode indicar uma criança animada e com energia. Porém, em excesso, o uso pode indicar raiva reprimida.
- **Amarelo** - Associada a crianças bondosas, felizes e alegres. Se usada excessivamente, ela pode indicar problemas com autoridade.
- **Roxo** - Reflete sentimentos de tristeza, melancolia e, em excesso, pode indicar que a criança está a sentir-se pressionada.
- **Preto** - Revela uma criança confiante e com boa autoestima.
- **Castanho** - É uma cor ligada à responsabilidade. Quando as crianças a escolhem, mostram que são diligentes e prudentes. O seu uso excessivo, por outro lado, geralmente manifesta ansiedade devido às atividades diárias.



## Como Aplicar a Psicologia das Cores?

Teste, por exemplo, ver como crianças agitadas reagem a objetos azuis. A tendência é que elas se acalmem!

É válido usar elementos coloridos na medida certa. Assim, é possível induzir as crianças a identificar os nomes enquanto, inconscientemente, são despertadas sensações ou até mesmo associadas situações e sentimentos às cores.

Como vimos, a psicologia das cores na infância é muito útil para entendermos como as crianças são afetadas pelos ambientes. Conhecer estas teorias pode ajudar a entender melhor os sentimentos que muitas vezes não transparecem nas conversas e atitudes do dia-a-dia, mas que podem ser revelados numa simples escolha dos lápis.



## Trabalho em Projetos

Trabalho em Projetos (baseado no modelo “Movimento da Escola Moderna”) baseia-se em princípios democráticos, éticos, de participação e de cooperação.

Os principais objetivos são fornecer às crianças aprendizagens que as dotem de ferramentas para a vida em sociedade, sem esquecer as capacidades e necessidades individuais de cada uma. Desta forma, as crianças poderão obter sucesso nas tarefas e atividades em que se envolvem, planeando e estruturando o pensamento e dever cívico através da sua autonomia, criatividade e dever democrático.

A gestão do currículo é feita, cooperantemente, entre educador e grupo de crianças, de forma democrática, nas reuniões de planeamento e avaliação que acontecem no “Conselho de Cooperação”. Os projetos surgem, assim, do interesse das crianças ou da necessidade do grupo.

Mas, como iniciamos este caminho? Em Conselho, decidimos que iríamos trabalhar 3 projetos: antigo Egipto; profissões; e animais marinhos. Seguiu-se os instrumentos de regulamentação (do tempo de atividades em projetos e do trabalho individual; o trabalho autónomo (desenvolvimento dos projetos); os circuitos de comunicação (apresentação das produções em que as crianças comunicam o que aprenderam e recolhem as reações dos seus pares); a exposição; e a avaliação.

Helena Salazar



## A Matemática no Pré-Escolar

Nos dias de hoje sabe-se que o pensamento matemático é uma característica inata no ser humano, presente desde o seu nascimento, tal como a linguagem e a comunicação. A criança consegue saber, por exemplo, que há um maior número de rebuçados ou pedras num conjunto do que noutra, que o brinquedo está por baixo da cadeira e não em cima dela, que o gato está à frente da árvore e não ao lado dela.

A matemática assume, atualmente, um papel de extrema importância no processo de pleno desenvolvimento da criança (intelectual, social e emocional), pois reconhece-se que os conceitos e processos matemáticos, adquiridos desde o pré-escolar, são fundamentais para que a criança se torne matematicamente competente. Assim, é imperativo que sejam explorados desde a primeira infância, até porque é nesta fase do desenvolvimento que a criança consegue aprender e assimilar novos conhecimentos com maior facilidade.

Neste sentido, tanto os pais como os educadores têm um papel primordial no despertar da criança para os diversos conceitos matemáticos, promovendo o interesse e a curiosidade da criança para a contagem, a seriação, a medição, a exploração de formas, entre outras experiências. Mais, para que aprenda de forma efetiva e significativa, é importante que desenvolva, que nutra prazer e curiosidade por estes conhecimentos.

A criança é um ser criativo que descobre a matemática através da observação e da exploração do mundo que a rodeia, tendo como ponto de partida situações do seu dia-a-dia, já que tudo no nosso quotidiano gira em torno de números, medidas, figuras geométricas e outros conceitos inerentes a esta área.

Utilizando recursos como brincadeiras; o auxílio de materiais de construção (legos, cubos, puzzles); através do desenho e da pintura; da manipulação dos blocos lógicos; de situações decorrentes do quotidiano e dos materiais subjacentes a essas situações (a marcação das presenças dos meninos na sala de atividades, a marcação do tempo meteorológico); da leitura de histórias; da realização de jogos ou ainda através da resolução de fichas, desenvolve-se na criança processos psicológicos básicos necessários à aprendizagem da matemática, como, por exemplo, a atenção, a concentração, a perceção, a memória, a resolução de problemas e a procura de estratégias, entre outros.

Teresa Tojal

## A Importância do SAD na Comunidade

O SAD – Serviço de Apoio Domiciliário é uma resposta social que presta cuidados e serviços a pessoas que se encontrem no seu domicílio e que, por motivos de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar a satisfação das suas necessidades básicas e/ou a realização das atividades instrumentais da vida diária, nem disponham de apoio familiar suficiente.

### Os Serviços Padrão

O SAD é norteado pelos princípios gerais estabelecidos nos normativos aplicáveis (nomeadamente o Decreto-Lei 172-A/2014, de 14 de novembro; Decreto-Lei n.º33/2014, de 04 de março; Portaria n.º196-A/2015, de 01 de julho; Portaria n.º38/2013, de 30 de janeiro), no Compromisso da Misericórdia e pelo disposto no respetivo regulamento interno, assim como pelo Acordo de Cooperação celebrado com o Instituto de Segurança



Social, IP, desde 01/06/1995 (com última revisão a 30/06/2020).

No âmbito desta resposta social, asseguramos, consoante o solicitado pelos utentes/família, os serviços de: alimentação, com refeição do almoço e jantar (distribuídos nos horários correspondentes); cuidados de higiene pessoal; limpeza e higiene habitacional; tratamento de roupas; apoio nas deslocações e acompanhamento a consultas; preparação e controlo da medicação; serviço de enfermagem; cuidados de imagem; aquisições diversas e pagamentos de serviços; e, pequenas reparações no domicílio.

A cadência e regularidade dos serviços é definida no plano de cuidados individual, atendendo às solicitações do utente ou da respetiva família e as efetivas necessidades dos utentes. Acresce que a planificação dos serviços e o próprio plano de cuidados pode (e deve) ser adequado ao longo do tempo, consoante a necessidade demonstrada pelos beneficiários.

Como garantia do cumprimento das normas regulamentares e objetivos do SAD, para além da autorregulação, o nosso serviço é acompanhado pela Segurança Social, anualmente, estando também sujeito a fiscalização. Fatores que garantem segurança e qualidade do serviço que prestamos.

## O Período de Funcionamento e Área de Atuação

Atualmente a equipa do SAD funciona diariamente os sete dias da semana e todos os dias do ano, numa janela horária de 12 horas por dia, entre as 8h00 da manhã e as 20h00 da noite. Estão ao serviço de 2.ª a 6.ª feira, quatro equipas de duas colaboradoras cada e, ao fim de semana, estão ao serviço somente três equipas de duas colaboradoras cada, a satisfazer as necessidades daqueles que recorrem os nossos serviços.



A nossa área de atuação é em toda a União das Freguesias de São Pedro do Sul, Várzea e Baiões e abrangemos atualmente 56 utentes.

O SAD tem um papel essencial na manutenção e permanência das pessoas nos seus domicílios e no combate ao isolamento social. Nesse sentido, o SAD da nossa instituição alargou o seu horário de apoio e reforçou a equipa com mais colaboradores. Ainda assim, muitas vezes, não conseguimos chegar de imediato a todas as solicitações que vêm em consequência do aumento da população idosa no nosso concelho.

## O Custo do Serviço

A comparticipação financeira devida pela utilização dos serviços, abrangidos por Acordo de Cooperação, é determinada pela aplicação de uma percentagem sobre o rendimento “per capita” do agregado familiar, consoante o número (e tipo) de serviços e os dias da semana/regularidade.

É condição de aceitação da candidatura ao SAD a contratação obrigatória de, pelo menos, dois serviços. O SAD pode prestar outros serviços não abrangidos pelo Acordo de Cooperação e que não estão incluídos na mensalidade, que são pagos pelo utente mediante preçário, devidamente afixado.

A prova dos rendimentos do utente é feita mediante a apresentação da declaração de IRS, respetiva nota de liquidação e outros documentos comprovativos da sua real situação (ex. comprovativo de pensão). As mensalidades serão revistas anualmente, tendo em conta o disposto no Compromisso de Cooperação em vigor.

A fórmula de cálculo da comparticipação e as percentagens a aplicar em cada situação podem ser consultadas no regulamento interno disponível publicamente, tal como a ficha de inscrição, na nossa página de internet institucional ([www.mspsul.pt](http://www.mspsul.pt) - separador “Pessoas Idosas / SAD”).

Todos os custos e despesas com o SAD são passíveis de dedução em sede de IRS.

## Novos Desafios

Face aos desafios e solicitações que nos são colocados diariamente, prevemos aumentar ainda mais a equipa em número e com colaboradores de diferentes áreas, de forma a darmos resposta imediata a todas as solicitações e com uma maior diversidade de oferta.

Neste sentido, é nossa pretensão ter um animador sociocultural/terapeuta ocupacional para ocupação de tempos livres, estimulação física e cognitiva no domicílio. Pretendemos, também, estabelecer protocolos com o agrupamento de escolas, para a criação de projetos entre os alunos e os utentes nas suas casas.

SAD 24 horas será, também, um objetivo futuro, para conseguirmos cobrir o apoio noturno àqueles que necessitam, reforçando o apoio aos cuidadores formais e informais, bem como estamos disponíveis a estudar soluções/novos serviços que possam ser colocados por qualquer família.

Teresa Almeida



## Serviços Disponíveis:

- Alimentação (almoço e jantar);
- Cuidados de higiene Pessoal;
- Limpeza e higiene habitacional;
- Tratamento de roupas;
- Apoio em deslocações e consultas;
- Cuidados de enfermagem e preparação de medicação;
- Apoio no pagamento de serviços e aquisições;
- Pequenas reparações no domicílio;
- Ajudas técnicas e outros.

## Tenho Que Requirir Todos os Serviços?

- Não. É definido com o utente/família um plano de cuidados individual, com os serviços pretendidos e necessários para cada caso, em reunião com a Diretora Técnica e após visita domiciliária.
- O plano de cuidados pode e deve ser adequado ao longo do tempo, consoante as necessidades sentidas pelo utente/família.

## Inscrições:

- As inscrições e pedido de serviço de SAD pode ser feito para os contactos gerais da Instituição:

Telef. 232 720 460

E-mail: [geral@mspsul.pt](mailto:geral@mspsul.pt).



“Um serviço de Confiança”

## Motricidade Fina

A motricidade fina é a capacidade de executar movimentos precisos, com as mãos e os dedos, com controlo e destreza, de acordo com a exigência da atividade.

Esta capacidade está diretamente relacionada com as informações visuais e cinestésicas, existindo uma coordenação entre os dados captados visualmente, através da visão, com os dados captados manualmente através do tato. O desenvolvimento da motricidade fina depende de fatores biológicos, como a maturação do sistema nervoso e o desenvolvimento psicomotor e de fatores ambientais.

A Intervenção Psicomotora divide-se em duas grandes vertentes, a Psicomotricidade Instrumental e a Psicomotricidade Relacional.

A Intervenção Psicomotora Instrumental ou Funcional, baseia-se nas dificuldades do indivíduo (avaliação dos fatores psicotores) e no treino das competências psicomotoras:

- Treinos de Tonicidade (mobilizações, alongamentos e posicionamentos).
- Treinos de Equilíbrio estático e dinâmico (marcha, subir e descer degraus, correr).
- Treinos de Lateralização (noção de direita e esquerda).
- Treinos de consciencialização corporal (noção de esquema e imagem corporal, relaxação e vivências corporais).
- Treinos de Orientação espaço-temporal (orientação, planeamento, noção de ritmo e tempo).
- Treinos de motricidade global (coordenação motora).
- Treinos de motricidade fina (apertar, abotoar, encaixar, enroscar, enfiar, empilhar, recortar e modelar, sublinhar, copiar, desenhar, escrever).

Estas sessões realizam-se em pequeno grupo, na sala de terapias, salas de atividades ou ginásio, onde o papel da verbalização é muito importante, na antecipação, interiorização e avaliação das atividades.

A Intervenção Psicomotora Relacional, por seu lado, emergiu das teorias psicodinâmicas e baseia-se na componente psicoafetiva. É uma ferramenta que investe, não em dificuldades e sintomas, mas em possibilidades de crescimento e de aperfeiçoamento, onde se envolve a gestão da problemática de identidade, possibilitando a expressão espontânea do indivíduo em interação com o ambiente, de forma a desenvolver a maturidade emocional e facilitar a aprendizagem e o desenvolvimento global.

O terapeuta necessita de grande disponibilidade emocional, que permita estabelecer uma relação terapêutica afetiva e reparadora, de forma a alcançar o sucesso. Utiliza-se o jogo espontâneo, situações lúdicas e exercícios simbólicos, de imaginação, de construção e de regras.

Estas sessões realizam-se individualmente ou em pequeno grupo, na sala de Snoezelen, em ambientes seguros e prazerosos, onde a comunicação estabelecida é praticamente não-verbal, e o terapeuta é um mediador entre o indivíduo e o envolvimento.

Assim, a Reabilitação Psicomotora está indicada para atrasos no desenvolvimento psicomotor, problemas neurológicos, dificuldades de atenção e memória, dificuldades de comunicação, hiperatividade, inibição, agressividade, dificuldades de aprendizagem e problemas psicológicos.

Ser psicomotricista é saber dar e receber, estar disponível, ser criativo, adaptar, encontrar estratégias diárias para ajudar a ultrapassar obstáculos, estar atento aos pormenores, lançar desafios, incluir, brincar e fazer sorrir. Aprender com as diferenças e acreditar.



## Dias e Atividades Temáticas

Em contexto de pandemia tivemos que nos limitar às atividades em cada sala. Apesar dos condicionalismos, tem sido possível fazermos as atividades e partilhar online entre todos os utentes.

Durante este primeiro trimestre destacamos as seguintes atividades:

### Carnaval

O carnaval é época de folia, de diversão, de recordar velhos tempos e de encarnar personagens.

Aproveitando o dia solarengo, a 28 de fevereiro, saímos à rua (dentro da instituição), para o nosso desfile carnavalesco. Os nossos foliões fizeram a festa ao som dos bombos, pandeiretas e reco reco. Vestidos a rigor viveram este dia com alegria e muita diversão. Não faltaram matrafonas, princesas encantadas, monstros e outras personagens inventadas pois é carnaval e ninguém leva a mal.



### Dia da Mulher

Para homenagear todas as mulheres da instituição, fizemos com elas uma pequena lembrança em massa de moldar. Preparamos um pequeno vídeo com adjetivos que as qualificasse ditos pelas próprias. As mulheres são o motor da sociedade e precisam de ser valorizadas. Muitas das mulheres que temos na nossa instituição tiveram vidas duras, de muito trabalho, viveram à sombra dos homens e nunca foram muito valorizadas. Este pequeno tributo à mulher teve como objetivo valorizar cada uma como um ser autónomo, único e precioso.



### Dia do Pai

No dia do pai aproveitamos para comemorar o “dia do homem”. Tal como homenageamos as mulheres, tentamos fazer o mesmo com os homens, apesar de terem tido mais visibilidade e poder ao longo da vida, relativamente às mulheres. Neste momento precisam, tal como elas, de se sentirem valorizados e úteis. Precisam de ser mimados e, para tal, fizemos com que se sentissem o centro das atenções.



### Desporto Sem Idade

As sessões de ginástica com o professor Paulo Lima, da Câmara Municipal, têm sido de forma presencial, tendo em conta o plano de contingência em vigor. Em cada semana a aula é feita numa sala diferente e transmitida para as outras salas, onde os utentes são apoiados nos exercícios pelos técnicos da instituição.

### Celebrações Religiosas

Tal como nas sessões de ginástica a missa começou a fazer-se de forma presencial e é transmitida para as outras salas via *online*. Em cada semana é celebrada numa sala diferente, tendo sido esta a forma encontrada de voltarmos à normalidade de forma gradual e segura.

### Outras Atividades Socioculturais

Tem-se desenvolvido atividades de dança, onde os utentes podem sempre partilhar momentos de alegria e diversão, consoante se vão introduzindo modalidades de dança e música diferentes, de forma a terem novas experiências e se contribuir para o seu bem-estar.

Tentamos que os nossos residentes convivam, dentro das normas de segurança em vigor, mas que possam e continuem a manter e a cultivar as suas capacidades psíquicas e físicas, destreza, motivando-os a terem uma vida ativa, participativa no seu entorno social e, assim, também contrariar os possíveis níveis de baixa autoestima, promovendo o envelhecimento ativo.





Registamos, também, as conversas, as atividades de pintura e expressão plástica, onde promovemos o contacto com diversos materiais, técnicas e incentivamos à reciclagem e à reutilização de materiais.

Fazemos os possíveis por promover o envolvimento dos familiares dos nossos utentes que se encontram longe, e/ou mesmo fora do país, através de videochamadas. Criamos vídeos com os nossos utentes nas suas atividades diárias e lúdicas de forma a quebrarmos aqui possíveis barreiras impostas pelos condicionalismos da vida, quer pelo distanciamento espacial ou outros.

Promovem-se hábitos de leitura, levando livros da nossa biblioteca, de forma a atenuar os efeitos do envelhecimento e a tentar prevenir doenças degenerativas. A leitura funciona como uma espécie de ginástica mental, um exercício que ajuda ao funcionamento do cérebro.

Eufémia Fernandes e Joana Soares

## Alergias

A alergia é uma resposta exagerada do organismo após o contacto com o ambiente que o rodeia. Isto acontece porque o sistema de defesa do organismo passa a identificar, erradamente, algumas substâncias inocentes e que, até então, eram habitualmente toleradas pela maioria das pessoas, como o pólen, o pó, alguns alimentos, entre outros.

Algumas alergias são mais frequentes quando existe uma tendência familiar, podendo estar associado o risco genético. Há, também, fatores ambientais que funcionam como desencadeadores. Importa destacar que não se nasce alérgico, pode nascer-se com uma predisposição genética e, dependendo dos fatores ambientais, a pessoa pode tornar-se alérgica a determinadas substâncias com capacidade de produzir uma resposta imunológica. A estas substâncias dá-se o nome de alergénios.

Existem muitos tipos de alergénios:

- Ambientais inalados, como os pólenes, ácaros do pó, epitélios de animais, fungos.
- Alimentares, como as proteínas do leite de vaca, ovo, frutos, camarão, entre outros.
- Medicamentos.
- De contacto, como o níquel, crómio, perfumes, parabenos, etc..
- Relacionados com exposição no trabalho (látex, farinhas, pós, entre outros).
- Veneno de insetos (abelha, vespa, etc.).

Muitas vezes esta resposta exagerada do organismo, em vez de ser benéfica, torna-se prejudicial para o paciente, produzindo várias alterações inflamatórias da pele e mucosas, que originam os sinais e sintomas típicos das doenças alérgicas.

Muito frequentemente registamos alergias sazonais. Estas surgem apenas durante determinadas épocas do ano, especialmente na primavera, verão e outono, dependendo da substância à qual a pessoa é alérgica. Normalmente, causam coceira na pele, corrimento nasal, espirros e, às vezes, lacrimejo, coceira e vermelhidão nos olhos. Também podem ser incitadas por esporos de fungos, que podem ser transportados pelo ar durante períodos de tempo bastante prolongados.

O médico, geralmente, pode diagnosticar essas alergias quando se desenvolvem sintomas típicos (como corrimento e prurido nasal e prurido nos olhos) durante uma estação específica. Contudo, o médico pode necessitar da realização de testes, quer cutâneo ou um teste de imunoglobulina específico para o alergénio, para um diagnóstico mais correto.

Os testes cutâneos ajudam a confirmar o diagnóstico e a identificar o alergénio. Para a realização destes testes, coloca-se sobre a pele uma gota de cada extrato e, em seguida, pica-se a pele com uma agulha. Os médicos, através deste teste, conseguem verificar se ocorre uma reação de pápula no local da picada (um inchaço, ligeiramente elevado, envolvido por uma área vermelha). Caso os resultados do teste cutâneo não sejam claros, pode ser realizado um teste de imunoglobulina (IgE) específico para o alergénio, que consiste na colheita de uma amostra de sangue que seguidamente será testada.

O tratamento deve ser sempre aconselhado por um médico e pode incluir sprays nasais com cortisona, anti-histamínicos, descongestionantes, gotas oftálmicas e imunoterapia com alergénios (usada em casos mais severos, cujos outros meios não conseguem controlar a sintomatologia).



Equipa de Enfermagem da MSPS

## História de Vida: Amélia Cravo

A Dona Amélia tem 73 anos, nasceu em Caria, São Miguel do Mato e tinha nove irmãos. Nasceu numa altura em que a comida era racionada mas, felizmente, nunca passaram fome.

Aos 19 anos e meio foi para África, Luanda. Uma senhora levou-a para ir para sua casa trabalhar. No entanto, chegada lá, acabou por não estar um mês nessa casa. A patroa era muito má e tratava-a como uma “escrava”. Esperava que ela fosse tomar banho para a chamar e, quando a D. Amélia chegava ao pé dela, acabava por a mandar embora dizendo que não era nada. Assim, passados oito dias de lá estar, já andava de porta em porta a ver se arranjava trabalho. E, mal arranjou, fez questão de pedir dinheiro adiantado à nova patroa para pagar as viagens à senhora que a tinha levado para África.

Na nova patroa, o seu trabalho passava por tomar conta dos seus sete filhos. A patroa era muito boa com ela, mas uma das filhas, que inclusive tinha a mesma idade da D. Amélia era muito má para ela, pelo que também não esteve lá muito tempo.

Nessa altura arranjou logo trabalho noutra casa de família: o patrão era Capitão e mais velho que a sua esposa e tinham uma bebé. A patroa tinha mais ou menos a sua idade e, logo no primeiro dia, mal tinha chegado, decidiu ir ao cabeleireiro e deixar a D. Amélia sozinha com a bebé, instruindo-a de fazer o almoço que tinha destinado (ervilhas estufadas com carne e ovos escalfados). Nessa altura não sabia ainda cozinhar muitas coisas e sequer havia comido alguma vez ovos escalfados com ervilhas e carne, o que a deixou muito aflita. Contudo, como era uma pessoa muito desenrascada foi ao quintal, viu uma vizinha e perguntou-lhe como é que ela cozinhava os ovos escalfados com as ervilhas e a carne e, inclusivamente, pediu-lhe cebolas para o refogado, pois não sabia onde estava nada e a patroa tão pouco lhe o havia dito. Quando os patrões chegaram ficaram muito surpreendidos e felizes. Desde então, passou a cozinhar o que sabia e foi aprendendo a cozinhar outras coisas, tomando, também, conta da bebé do casal.

Pouco tempo depois arranjou um namorado, mas só gostava dele como amigo e acabou por lhe dizer. Esse rapaz era tropa e contou a um amigo que havia namorado uma rapariga de cabelos longos, mas que chegaram à conclusão que seriam só amigos. Como tal, ela era uma boa rapariga para ele namorar. Foi assim que conheceu e começou a namorar o que viria a ser o pai do seu primeiro filho. Ainda namoraram uns anos até engravidar. Nessa altura os seus patrões tinham vindo a Portugal e, quando regressaram, a D. Amélia disse-lhes que não iria continuar a trabalhar para eles, pois considerava que não era correto trabalhar lá grávida e porque achava que seria melhor arranjar uma casa com o seu companheiro para poderem criar o seu menino. No entanto, a patroa não a deixou ir embora. Disse-lhe que iria ter o bebé ali e que eles a iriam ajudar e, posteriormente, se então continuasse com a mesma ideia, poderia ir embora. Arranjaram uma pessoa para fazer as lides da casa, para que não houvesse o perigo de ela perder o bebé e aumentaram-lhe o ordenado para ajudar nas despesas.

Passados quatro meses do nascimento, como o menino chorava muito, resolveu então sair e alugar casa com o companheiro, que nessa altura já trabalhava como marmorista. Mas, o dinheiro não chegava para as despesas todas e a D. Amélia meteu na cabeça que seria melhor regressar a Portugal, por uns tempos, até porque como o menino chorava muito, ela achava que ele poderia “amansar” com o crescimento e, depois, poderia regressar a Luanda e empregar-se novamente nos antigos patrões. Como o seu companheiro ia muitas vezes trabalhar para fora dias seguidos, deixando-a sozinha com o menino, aproveitou e, uma vez que o seu companheiro não queria vir para Portugal nem que ela viesse, vendeu tudo o que tinham e arranjou o dinheiro para comprar as passagens para vir com o menino embora. Entretanto deu-se o 25 de Abril e a D. Amélia escrevia ao companheiro para Luanda, na esperança que ele viesse ao seu encontro e do filho a Portugal, mas não obtinha resposta e começou a pensar que este havia arranjado outra pessoa, desistindo, assim, de lhe enviar mais cartas. Só mais tarde veio a saber que ele lhe respondia, mas o seu pai escondia-lhe as cartas e, inclusive, o seu companheiro já tinha regressado a Portugal e tinha ido à casa dos seus pais à procura dela e do menino, mas foi corrido pelo seu pai.

Passados uns anos conheceu um amigo do seu pai, um senhor mais velho e começaram a falar-se, acabando por se enamorarem e constituírem família. O seu novo companheiro foi sempre muito amigo do filho que já tinha e tratava-o como seu. Com ele teve mais 6 filhos. No entanto, este acaba por falecer de acidente quando a D. Amélia tinha 48 anos e os filhos pequenos. A D. Amélia trabalhou muitíssimo na agricultura e a cortar mato para poder criar os seus filhos. Nunca houve dinheiro para luxos, mas também nunca lhes faltou nada. Preza-se de nunca ter ficada a dever nada a ninguém e tudo o que comprava pagava na hora. Se não tinha dinheiro não comprava.

A sua vida foi uma vida dura, marcada por muito trabalho e luta, mas orgulha-se da família que criou, dos seus treze netos e de tudo o que construiu com o seu suor.

Amélia Cravo, utente da ERPI Lar de Grandes Dependentes (Recolha por Joana Soares)





## Memórias de Maria das Dores Santos

Chamo-me Maria das Dores Santos Correia, tenho 89 anos, sou filha de Manuel Correia e Florinda dos Santos e vivia em Penso de Serrazes.

O meu pai faleceu bastante novo. Era empregado de Salazar, em Lisboa, depois adoeceu, veio para casa e acabou por falecer. A minha única irmã era mais velha do que eu e também faleceu nova: um dia íamos para a missa em Santa Cruz da Trapa e ela sentiu uma dor forte de lado. Trouxeram-na para casa mas acabou por falecer com apenas 11 anos. Fiquei sozinha com a minha mãe.

Andei na escola e sei ler e escrever. Trabalhei na seca do bacalhau no Seixal, com a minha mãe para ganharmos algum dinheiro. No resto do ano trabalhávamos na agricultura. Trabalhávamos muito!

Aos 24 anos casei-me com o António Fernandes Vilar. Tivemos três filhos. O meu marido foi para França ganhar dinheiro para construirmos a nossa casinha, enquanto eu trabalhava na agricultura. Depois veio e trabalhava como pedreiro. Construiu a nossa casa e comprou terras. Fomos felizes.

Envelhecemos e as forças começaram a faltar. Estivemos os dois no Centro de Dia em Santa Cruz da Trapa e gostava muito de lá estar. O meu marido adoeceu e faleceu. Os meus filhos andavam sempre preocupados comigo porque não conseguia estar parada, ia para as terras e às vezes caía e tinha que chamar para alguém me ajudar. Depois tive a Covid, fui hospitalizada e mandaram-me para os cuidados continuados. De lá vim para aqui. Nunca mais fui a casa. Tenho muitas saudades da minha casa, das minhas terras, da minha vida. Gosto de estar aqui, no lar, mas estou sempre a pensar na minha família e nas minhas coisas abandonadas. Tive uma vida muito trabalhosa, mas feliz.

Maria das Dores Correia, utente da ERPI Casa da Quinta (Recolha por Eufémia Fernandes)

## Retrato de Uma Vida: Maria Conceição Soares

Maria Conceição Santos Cabral Soares, solteira, mais conhecida por “Sãozinha”, nasceu a 31 de outubro de 1943, em Celorico da Beira, terra natal do pai.

Os seus pais, António Alves Cabral e Marília Margarida Santos, apenas tiveram uma filha, a “Sãozinha”, como gosta de ser tratada.

Depois de ingressar na escola, os pais decidiram vir morar para São Pedro do Sul, terra natal da mãe. Cá fez a Telescola. Lembra-se de ter tido uma infância muito feliz, cheia de passeios, viagens e excursões ao estrangeiro e não só. Recorda-se de conhecer Palma de Maiorca, Suíça, França, entre outros sítios.

De poucas amizades, durante a sua juventude, porque o pai não permitia. Foi sempre muito mais ligada aos seus pais e sempre viveu com eles. Recorda que nunca foi a um baile com os amigos, apenas com os pais nas Termas de S. Pedro do Sul.

O seu primeiro e único emprego foi na antiga escola do primeiro ciclo, que se situava, na altura, no prédio onde é agora o banco, Caixa de Crédito Agrícola em S. Pedro do Sul. A sua função sempre foi escriturária, durante tantos anos que até perdeu a conta, comenta ela. Relembra tempos de trabalho, com muita alegria e muitas amizades. Tem pouca família, contudo nunca teve grande ligação, apenas com o primo Carlos que também mora em São Pedro do Sul.

Antes de ser nossa utente, entretinha-se em casa a fazer bolos, limpava a casa com alguma dificuldade, mas “lá ia”, como ela comenta. É nossa utente de Centro de Dia desde janeiro e gosta de cá estar. Só não gosta de acordar cedo porque se deita tarde. Ganhou o gosto de pintar as unhas todas as semanas aqui no Centro de Dia. Sempre gostou de ir às compras, ainda agora às sextas-feiras mantém a “tradição” de ir dar uma voltinha. Considera-se feliz apesar de tudo. Está rodeada de amigas que lhe querem bem e que lhe ligam todos dias.

Maria Conceição Soares, utente da Casa das Amoreiras (Recolha por Cláudia Madaleno)



Com 5 anos de idade e com os seus pais

# Aprovação do Relatório e Contas de Gerência de 2021

Decorreu, no passado dia 27 de março, uma Assembleia Geral Ordinária dos Irmãos da Santa Casa da Misericórdia de São Pedro do Sul, a fim de dar cumprimento ao disposto na alínea b) do n.º2 do artigo 22.º dos Estatutos, nomeadamente para a apreciação e votação do Relatório e Contas de Gerência do Exercício de 2021 e do respetivo parecer do Conselho Fiscal, salvaguardando as medidas em vigor no âmbito do plano de contingência Covid-19.

Procedeu-se ao balanço da execução dos objetivos de gestão para o ano em referência (previstos no respetivo Plano de Atividades de Gestão), quer no setor patrimonial em termos de investimento e desinvestimento, quer em termos de ações de natureza estratégica; a um enquadramento com a apresentação dos principais indicadores de execução e resultados; à apresentação pormenorizada das contas de gastos e rendimentos; bem como à apresentação dos resultados por valência funcional.

A destacar e como constante pela primeira vez no relatório de gestão e contas, a inclusão de um capítulo sobre a sustentabilidade e responsabilidade social. Tema no qual se destacou, entre outros, iniciativas de: em termos de apoio e relação com a comunidade local, a disponibilização de instalações e energia elétrica para a instalação e funcionamento do centro municipal de retaguarda à Covid-19 e posterior centro de vacinação Covid-19; no campo da educação e cultura, a publicação trimestral da revista "Caminho no Tempo" e a edição comemorativa dedicada a histórias de vida e relação institucional que marcaram o percurso profissional de um grupo de colaboradores; no âmbito da responsabilidade social interna, a distribuição de vales de natal e a procura de protocolos comerciais para garantir condições comerciais mais vantajosas em estabelecimentos comerciais locais aos colaboradores e irmãos da Misericórdia; e, por fim, em termos de respeito pelo meio ambiente, a parceria com a rede "Zero Desperdício" e o arranque da transição para a mobilidade elétrica.

Após a apresentação, as mesmas foram colocadas à discussão e votação, tendo sido aprovadas por unanimidade.

Do relatório destaca-se os seguintes indicadores de atividade :

- Cash flow de 298.577,50€;
- Autonomia Financeira de 91,20%;
- Gastos com pessoal no montante de 2.214.475,86€;
- Liquidez geral: 4,01;
- Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos: 306.795,98€;
- Resultado Líquido do Exercício de 2021 de 110.606,50€.

Foi mais um ano em que a alteração da Retribuição Mínima Mensal Garantida teve um forte impacto na estrutura de custos com Recursos Humanos, bem como um ano de fortes contingências funcionais com períodos em que algumas

respostas sociais estiveram encerradas, por via das orientações nacionais de atuação no âmbito da pandemia de Covid-19 (o que levou a quebra dos rendimentos com comparticipações familiares). Não obstante, com esforço, salvaguardou-se o equilíbrio financeiro e registamos um resultado líquido geral positivo, sem prejuízo dos fins sociais da instituição.

Assim, foi um ano em que se voltou a refletir a perseverança, espírito e valores de entrega do grupo de colaboradores da instituição, bem como da atuação institucional de e para uma sociedade solidária.

Estruturalmente as valências da área de infância continuam com resultados negativos e a penalizar o resultado global, contudo em contínua recuperação quando em comparação a 2018. Continua a prevalecer o seu carácter social para o funcionamento das mesmas.

O relatório e contas aprovadas estão disponíveis para consulta na página de Internet da Instituição (Menu "A Instituição/Corpos Sociais") e na área de irmãos, incluindo-se, nesta última, as respetivas atas. Os Irmãos interessados no acesso a estes, por esta via, deverão fazer o seu registo nesta plataforma.

## Outros pontos da ordem de trabalhos:

No decorrer da Assembleia Geral em apreço, foi ainda abordado, de forma genérica, o número de utentes apoiados; o esforço de angariação de novos irmãos e a respetiva participação nas assembleias gerais; informação de monitorização Covid-19 Institucional (casos, testes e vacinação); e da incerteza quanto ao escalar das implicações, não só da pandemia, como também agora da guerra na Ucrânia, destacando-se, neste último ponto, também o apoio institucional no acolhimento de refugiados .





Sempre ao seu lado.

**NIPC: 501 157 506**

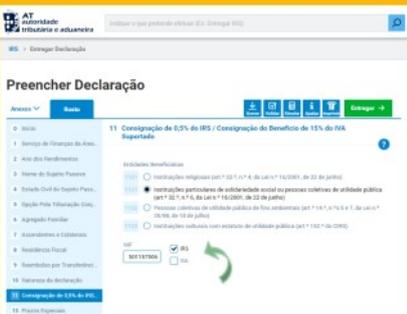
Muito Obrigado por consignar 0,5% do seu IRS à Misericórdia de São Pedro do Sul.  
Juntos chegamos mais longe.

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

## Torne o Seu IRS Solidário

Como é que 0,5% do seu IRS pode apoiar a causa Social da Misericórdia?

Através do simples ato de Consignação do IRS: preenchimento do quadro 11 da folha de rosto do Modelo 3 de IRS, com o NIPC da Misericórdia - 501 157 506.



Sem qualquer tipo de custo, ao consignar 0,5% do IRS está a colaborar para a causa social desta Instituição. Seja Solidário, colabore.

Envie esta informação aos seus amigos e conhecidos.



Sempre ao seu lado.

**Informações:**  
R. da Misericórdia, n.º6 | 3660-474 São Pedro do Sul | Tel. 232 720 460 | Fax 232 720 463  
Correio eletrónico: geral@mspsul.com.pt | Página de Internet: www.mspsul.com.pt

## Centro de Dia

Inscrições abertas



### Casa das Amoreiras

Centro de Dia da Misericórdia de São Pedro do Sul

Rua das Amoreiras, n.º70  
(Visite-nos)

### 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@mspsul.pt

Visite-nos na Web em  
www.mspsul.pt  
www.facebook.com/misericordia.santoantonio

Skype para contacto com idosos residentes (familiares): mspsul1

## Tome Nota:

### Plano anual de atividades

Atendendo a transição para a "Fase 0" do Plano de Contingência Covid-19, estamos a proceder a reprogramação das atividades culturais, transversais e de envolvimento comunitária previstas no plano anual de atividades, pelo que oportunamente divulgaremos as mesmas nos canais oficiais.

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

Seja um agente de Saúde Pública. Proteja-se! Vacine-se!

**Plano de Contingência Covid-19**

(+info COVID-19 na Direção-geral da Saúde: <https://covid19.min-saude.pt/>)  
 (+info Plano Contingência MSPS: <https://mspsul.pt/downloads/dldocumento/358>)  
 (+info Plano de Desconfinamento MSPS: <https://mspsul.pt/downloads/dldocumento/558>)

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