Caminho no Tempo

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

n.º 043 | junho 2025

Nesta Edição

- (Re)inauguração da Creche Girassol; Dia da criança; Celebrar a família; Festa de final de ano letivo; Festividades de S. António; Atividades de animação sénior; Paginas de Vida; Frota Solidária;...

Apoios:

essity · Farmácia Dias · Visipapel · RUBiS GÁS · paginadoze · Óptica Médica Santa Bárbara

Ficha Técnica

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

Periodicidade: Trimestral

N.º 043 - junho 2025

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
Ana Rita Gomes
Ana Sofia Rodrigues
Anabela Costa
Armando Moreira
Catarina Chaves
Cátia Henriques
Cláudia Madaleno Tavares
Diana Amaral
Diana Pinto
Eufémia Fernandes
Gilberto Carmo
Helena Salazar
Inês Cruz
Isabel Correia
Joana Queiroga
Joana Soares
João Marques
José Fernandes
Luísa Almeida
Lurdes Almeida Silva
Maria Alice Oliveira
Teresa Almeida
Teresa Susana Campos
Teresa Tojal

António Pais, Vice-Provedor da MA

Nota de Abertura

Trazemos a publico a segunda edição de 2025 do "Caminho no Tempo", com a variedade e riqueza de iniciativas que caracterizam esta casa, a par das iniciativas que vão assinalando os 150 anos desta instituição (1875-2025).

Relevância que se destaca nas notas sobre a (re) inauguração da creche "Girassol", após obras de remodelação e aumento de capacidade e a própria homenagem pública prestada pelo Município de S. Pedro do Sul no passado dia 29 de junho.

Não esquecemos os relatos de histórias e dinâmicas pedagógicas na área de infância, nomeadamente as notas sobre as comemorações do "Dia da criança", da celebração da família e da alegria e emoção que marcaram as festas de finalistas do Pré-escolar e de final de ano letivo.

Segue-se informação, nas páginas centrais, das dinâmicas promovidas na semana cultural de S. António: iniciativas anuais de comemoração do padroeiro e que, este ano, contaram com uma noite de fados destinada a utentes e respetivos familiares.

Abordamos, já no espaço dedicado à área sénior, o relato das atividades culturais e interinstitucionais deste trimestre, incluindo os passeios culturais e as atividades em parceria ou com colaboração externa; uma nova e agradável história de vida - o nosso momento de recordação e da memória; e, por fim, assinalamos outro reconhecimento institucional, a integração na "Frota Solidária" da Fundação Montepio.

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

(Re)inauguração da "Creche Girassol"

Foi com imensa alegria que (re) inaugurámos a nossa creche!

O evento aconteceu no passado dia 31 março 2025, após obras de beneficiação e ampliação da "Creche Girassol", para responder à crescente procura por parte da nossa comunidade.

A inauguração foi integrada no programa das comemorações dos 150 anos da existência da nossa instituição e na semana da Feira do Livro 2025.

Obrigado a todos os que estiveram presentes neste evento!

Partilhamos o discurso do Provedor no arranque das comemorações:

"Senhoras e Senhores, Queridos pais, colaboradores e amigos da nossa comunidade.

Hoje é um dia de grande alegria e realização para todos nós! Estamos aqui, com todas estas crianças, para celebrar a reinauguração da nossa querida Creche Girassol, um espaço dedicado ao crescimento, ao cuidado e à felicidade das nossas crianças. Este é um momento especial, resultado de um trabalho conjunto e de um compromisso firme com a educação e o bem-estar dos mais pequenos.

A Creche Girassol tem uma história de mais de quatro décadas ao serviço da infância. Nos anos 80, funcionou nas antigas instalações da Rua das Amoreiras, até que, em 1994, se mudou para este edifício, onde tem vindo a crescer e a consolidar a sua missão. Ao longo dos anos, milhares de crianças passaram por estas salas, foram acompanhadas por profissionais dedicados e aqui deram os primeiros passos num percurso de aprendizagem e desenvolvimento. Hoje, ao olharmos para este espaço renovado, sentimos que estamos não só a honrar esse legado, mas também a projetar um futuro ainda mais promissor.

Graças à candidatura ao Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), conseguimos obter um apoio financeiro de 437.697,74€ para concretizar esta intervenção essencial. No entanto, ainda aguardamos o pagamento do montante remanescente de 328.197,74€, esperando que este seja brevemente regularizado para canalizarmos este montante para outros investimentos sociais prementes.

Com esta obra, conseguimos aumentar significativamente a nossa capacidade de acolhimento, passando de 76 para 134 crianças. Contamos agora com dois berçários, três salas para crianças desde a aquisição da marcha até aos 24 meses e quatro salas para crianças dos 24 aos 36 meses. Neste momento, já acolhemos 114 crianças, e estamos em processo de recrutamento de uma nova educadora de infância para abrir a última sala, uma necessidade urgente, dada a lista de espera de 19 crianças, das quais 10 já se destinam a essa nova sala.

A intervenção física no edifício foi concluída no dia 30 de agosto de 2024, com a assinatura do auto de receção provisória. Esta modernização não se limitou apenas ao espaço e equipamentos, mas também incorporou melhorias fundamentais no desempenho energético do edifício. Alinhados com as políticas de recuperação verde e sustentabilidade, implementamos um sistema de produção de energia elétrica para autoconsumo, alteramos o sistema de aquecimento, substituímos vãos envidraçados por opções mais eficientes, aplicamos isolamento térmico na cobertura e renovamos toda a iluminação com luminárias mais sustentáveis. Estas ações têm um impacto direto na eficiência energética e na redução do consumo de energia primária.

Este projeto representa um investimento total de 725 mil euros, um esforço financeiro considerável, mas que reflete a nossa aposta na melhoria contínua da qualidade dos serviços que prestamos à comunidade. Estamos a construir um futuro mais seguro, mais moderno e mais acolhedor para as crianças e para as famílias que confiam em nós.

A Creche Girassol sempre foi um símbolo de dedicação e carinho. Desde os primeiros dias na Rua das Amoreiras até à sua afirmação no atual edifício, este espaço tem sido um pilar para tantas famílias. Com esta renovação, reforçamos ainda mais esse compromisso, garantindo melhores condições para as nossas crianças e para os profissionais que aqui trabalham diariamente com amor e dedicação.

Agradecemos a todos os que tornaram esta obra possível: pais, colaboradores, parceiros e entidades envolvidas. O nosso trabalho continua e a nossa missão permanece clara: proporcionar um ambiente de aprendizagem e desenvolvimento onde cada criança possa florescer.

Que este espaço renovado seja motivo de orgulho e alegria para todos! Muito obrigado e sejam bem-vindos à nova Creche Girassol!"

José Fernandes, Provedor (31/03/2025)

Homenagem do Município de S. Pedro do Sul

No passado dia 29 de junho, feriado municipal, o Município de S. Pedro do Sul procedeu a homenagem pública a personalidades e instituições locais, nomeadamente à Misericórdia de S. Pedro do Sul, "pelo notável serviço prestado, ao longo de 150 anos, às crianças, aos mais idosos e carenciados e pelo desenvolvimento de inúmeras valências e respostas sociais ao serviço da comunidade".

Na cerimónia, entre outros elementos da instituição, esteve presente o Sr. Provedor, José Fernandes, o qual no seu discurso agradeceu com profunda humildade, respeito, reconhecimento e gratidão a homenagem prestada, referindo que não é apenas uma homenagem à instituição. "É, também, uma homenagem ao trabalho social e de serviço à comunidade que tem sido prestado diariamente por todo um corpo de colaboradores", atual e de todos aqueles que, ao longo de 15 décadas, deram o seu contributo para que esta instituição fosse o que é hoje, incluindo dirigentes, voluntários e amigos da Misericórdia.

João Marques

Dia da Criança no Jardim da Misericórdia: Um Dia Cheio de Alegria e Emoção

O Dia Mundial da Criança, 01 de junho, é um dia muito especial, celebrado com o objetivo de “destacar a importância das crianças na sociedade e sensibilizar a população para a promoção dos seus direitos.”

Esta celebração teve origem na Declaração dos Direitos da Criança, adotada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 1959, e na Convenção sobre os Direitos da Criança, ratificada em 1989. Ambos os documentos consagram os direitos fundamentais das crianças, reconhecendo-as como sujeitos de direitos e garantindo-lhes proteção, cuidados e oportunidades para o seu pleno desenvolvimento.

No Jardim de Infância da Misericórdia o Dia da Criança foi celebrado no passado dia 02 de junho, com um programa especial repleto de brincadeiras e momentos inesquecíveis. Este dia, tão importante para os mais pequenos, foi assinalado com grande entusiasmo por toda a equipa educativa, que preparou uma série de atividades lúdicas, pensadas especialmente para proporcionar alegria e estímulos às nossas crianças.

Durante o dia, houve insufláveis e trampolim, onde as crianças puderam interagir e libertar toda a sua energia; pinturas faciais, provendo a imaginação; e modelagem de balões, explorando as suas possibilidades corporais. Também brincaram com bolas de sabão e balões, estimulando a coordenação motora e visual e realizaram pinturas no mural do parque, desenvolvendo a criatividade e embelezando o espaço. As crianças do Pré-escolar também realizaram um piquenique no parque para aproveitar o espaço exterior.

A música e a dança, por seu lado, acompanharam sempre este dia.

A celebração do Dia da Criança reforça o nosso compromisso diário com o desenvolvimento integral das nossas crianças, garantindo-lhes um ambiente seguro, acolhedor e estimulante. A alegria estampada no rosto de cada criança foi, sem dúvida, o maior presente que poderíamos receber neste dia tão especial.

A todas as crianças da nossa instituição, deixamos um abraço cheio de ternura e votos de um futuro feliz, saudável e repleto de amor.

Isabel Correia e Teresa Tojal

Celebrar a Família com Movimento e Alegria

No passado dia 15 de maio de 2025, comemorámos o Dia da Família de uma forma muito especial e cheia de energia! O nosso espaço encheu-se de sorrisos, gargalhadas e, acima de tudo, muito movimento. Entre passos de dança, alongamentos de pilates e a animação contagiante do zumba, vivemos momentos que reforçaram os laços entre miúdos e graúdos.

Foi um dia repleto de atividades pensadas para todas as idades, onde a diversão e o bem-estar estiveram de mãos dadas. Pais, avós, irmãos e comunidade escolar participaram lado a lado, celebrando o verdadeiro sentido de comunidade e união.

Mais do que uma data no calendário, o Dia da Família foi para nós uma oportunidade de reforçar valores essenciais como o amor, o respeito, a partilha e a presença. Cada passo de dança e cada abraço trocado foram testemunhos vivos da importância das relações familiares na construção de uma infância feliz.

Agradecemos a todos os que participaram e tornaram este dia tão especial. Que o espírito vivido continue presente no nosso dia-a-dia, lembrando-nos que, juntos, somos mais fortes e mais felizes.

Luísa Almeida e Sofia Rodrigues

Visita de Estudo ao “Sea Life - Porto”

No passado dia 16 de maio, o grupo da sala dos 4 anos do Pré-escolar, visitou durante a manhã o “SEA LIFE - Porto”. Aquário que conta com diferentes atrações, as quais fazem a alegria de todas as crianças.

O principal destaque fica para o grande túnel subaquático, com mais de 500.000 litros de água, através do qual as crianças puderam ver de perto os animais do aquário.

Em exibição estão tubarões, raias, cavalos-marinhos, tartarugas, polvos e exemplares de peixes tropicais.

Outro dos seus principais atrativos, é ter a oportunidade de visitar o entorno dos pinguins, a zona chamada “penguin harbour” onde os pequenos animais passeiam livres.

Depois da visita, dirigimo-nos para o parque de merendas, onde realizamos um piquenique. Foi muito divertido fazer a refeição ao ar livre.

Após o almoço e depois de brincarem um bocadinho, fomos visitar a praia do “Senhor da Pedra”, localizada em Miramar, Vila Nova de Gaia.

Foi um dia repleto de boas experiências, as quais ficarão registadas com toda a certeza na memória destas crianças.

Susana Campos

Dedicação Contínua

A trabalhadora Célia Margarida Figueiredo da Silva Cardoso completou, no passado dia 01/06/2025, 15 anos ao serviço desta Misericórdia.

Em percurso idêntico, os trabalhadores José Miguel Ferreira de Figueiredo e Cidália de Matos Silva, nas datas 01/05/2025 e 01/06/2025, respetivamente, completaram 10 anos de antiguidade.

São anos de trabalho que representam compromisso, dedicação e profissionalismo, contribuindo desta forma para o crescimento da nossa instituição.

Aqui fica o nosso reconhecimento e, também, agradecimento por tudo o que representam.

Que se somem mais anos de trabalho, realizado com o mesmo rigor e empenho!

Ana Oliveira

Alegria e Emoção Marcaram a Festa de Finalistas do Pré-Escolar

No dia 13 de junho realizou-se, nos jardins da sede da Misericórdia, a Festa de Finalistas.

A festa iniciou-se com as atuações das crianças (danças, música e teatro). Nos intervalos houve projeção de vídeos e fotos do ano letivo.

Vestidos com os tradicionais fatos de finalistas, estes desfilaram com orgulho ao som de aplausos calorosos. Em seguida, cantaram a "Canção dos Finalistas".

Depois da tradicional entrega dos diplomas, cartolas, bengalas e livros de curso, as crianças puderam ver a atuação, bastante animada e surpreendente, dos seus familiares.

A festa continuou com um lanche partilhado, muita música e brincadeiras, reforçando os laços entre a comunidade escolar.

Mais do que uma despedida, foi uma verdadeira celebração de conquistas, aprendizagens e do início de novas aventuras.

Um agradecimento à Mesa Administrativa e aos colaboradores pela dedicação que dispensaram a mais este convívio, bem como a todos os que responderam a este convite.

A todos os finalistas, desejamos um futuro cheio de curiosidade, amizade e sucesso!

Helena Salazar (Fotografias de Armando Moreira)

Letra da Canção Interpretada Pelos Familiares na Festa de Finalistas 2025

Vamos cantar, vamos sorrir,
é o nosso dia, vamos festejar!
A quem nos guiou, um obrigado
no coração para sempre vão ficar

Seis anos já passaram,
Tantas histórias para contar,
entre sorrisos e abraços,
aprendemos a sonhar!

As Lenas, com carinho,
ensinaram-nos a voar,
como andorinhas pequeninas,
preparadas para o mundo explorar!

Vamos cantar, vamos sorrir,
é o nosso dia, vamos festejar!
A quem nos guiou, um obrigado
no coração para sempre vão ficar

Deixei as pegadas na areia,
Tantas cores a sonhar,
na noite estrelada eu ouvi,
A história que vamos cantar!

Vou partir à descoberta,
Pelo jardim a cantar,
E aqui uma coisa é certa,
Que crescemos a brincar

Vamos cantar, vamos sorrir,
é o nosso dia, vamos festejar
A quem nos guiou, um obrigado
no coração para sempre vão ficar.

Festa de Final de Ano Letivo

No passado dia 27 de junho de 2025, o Jardim de Infância da Santa Casa da Misericórdia de São Pedro do Sul viveu um fim de tarde memorável, repleto de sorrisos, música e muita ternura, na sua tão aguardada "Festa de Final de Ano Letivo". Com o recinto do parque de estacionamento repleto de familiares e amigos, os pequenos artistas deram o seu melhor em palco, proporcionando momentos de grande emoção e orgulho.

A festa teve início com as encantadoras atuações dos grupos dos 2 anos, divididos em três salas diferentes:

- O grupo dos 2 anos (1) abriu o espetáculo com uma coreografia do tema "A Casa Portuguesa", de Amália Rodrigues, mostrando toda a sua doçura e alegria em cada passo.
- De seguida, o grupo dos 2 anos (2) entrou em cena com muita energia, surpreendendo todos com o seu entusiasmo ao som da música do "Palhaço Trólolo".
- Por fim, o grupo dos 2 anos (3) encantou o público com uma apresentação cheia de criatividade e brincadeira ao som da música "Estátua".

Os grupos dos 3, 4 e 5 anos surpreenderam-nos com as suas atuações, coloridas e cheias de simbolismo:

- O grupo dos 3 anos trouxe ao palco um momento mágico e tradicional, repleto de imaginação, que transportou o público para o mundo das Marchas Populares.
- O grupo dos 4 anos surpreendeu com uma apresentação dinâmica e bem coordenada, revelando uma enorme evolução no seu percurso educativo.
- A fechar o ciclo das atuações infantis, o grupo dos 5 anos emocionou todos com uma atuação especial de despedida do Jardim de Infância, levando-nos ao período jurássico, através da música do "Dinossauro".

Outro momento alto da tarde, foi a participação especial do grupo DancEmotion, que trouxe ao palco várias apresentações vibrantes e cheias de ritmo. Aos seus elementos um agradecimento muito especial por terem abrilhantado ainda mais esta celebração.

A Festa de Final de Ano letivo foi um reflexo do trabalho contínuo e apaixonado de toda a equipa educativa desta Santa Casa da Misericórdia, que diariamente se dedica à educação e bem-estar das crianças.

Parabéns a todos os envolvidos – crianças, educadores, auxiliares, famílias e convidados – por fazerem desta festa um verdadeiro sucesso!

Ana Pinto e Joana Queiroga

Semana Cultural de Santo António na Misericórdia de São Pedro do Sul

A Santa Casa da Misericórdia de São Pedro do Sul celebrou, com grande entusiasmo, a semana das festividades em honra de Santo António, padroeiro tradicionalmente associado à solidariedade e à proteção dos mais necessitados. As comemorações, vividas com alegria e participação ativa, envolveram utentes, colaboradores, famílias e a comunidade local.

Noite de Fados

As festividades deste ano foram ainda mais especiais, atendendo as comemorações dos 150 anos.

Assim, no dia 09 de junho, pelas 21h00, iniciamos as comemorações do nosso padroeiro, de forma intimista e tipicamente portuguesa, com a atuação do grupo de fados “Capas, copos e guitarradas”.

Nesta noite quente de junho, os nossos utentes, colaboradores, familiares e outras pessoas, juntaram-se para apreciar o fado, entre guitarradas e muitos risos. Entre momentos de total silêncio e outros em que a plateia se juntava ao fadista para, em uníssono, cantarem refrões e letras quase completas de fados, os momentos vividos foram de total exultação. Os nossos utentes estavam totalmente cativados com as brincadeiras do fadista Rui Aziago e extasiados com o ecoar das guitarras que enchia a tenda.

Esta noite marcou os nossos utentes que, na sua maioria, nunca tinham ouvido um fado presencialmente. Sentiram-se envoltos na magia das letras e no som da guitarra e do piano. Foi uma oportunidade única que jamais esquecerão e, certamente, uma forma única de iniciarmos as festividades de Santo António.

Noite que dificilmente será superada e que queremos ver repetida outras vezes.

Marchas Populares

A 11 de junho tiveram lugar as animadas Marchas Interinstitucionais, reunindo várias IPSS do concelho num desfile repleto de cor, música e tradição popular.

Utentes e profissionais prepararam-se com afinco para este momento, com trajes típicos e coreografias que encantaram o público presente. Foi, deste modo, uma tarde cheia de energia, confraternização e orgulho institucional.

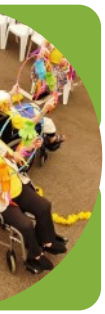
Sardinhada e Sarau Cultural

Por sua vez, a 12 de junho, realizou-se uma sardinhada dedicada aos idosos das ERPI's, do Centro de Dia e do Serviço de Apoio Domiciliário. A refeição decorreu num ambiente descontraído e de festa, acompanhada de muitos sorrisos.

Após o almoço, abriu-se o arraial de Santo António nas instalações da Misericórdia, aberto à comunidade e bem animado pelo nosso prendado músico, João Paulo.

Procissão de S. António

A semana festiva culminou a 15 de junho com a habitual e sentida Procissão de Santo António, no seu trajeto entre a capela com o mesmo nome e a sede da Instituição. Utentes, familiares, colaboradores e elementos da comunidade acompanharam o andor e a eucaristia, com devoção e espírito de fé, mantendo viva esta tradição que une gerações.



Esta semana especial reforçou o papel da Misericórdia como espaço de vida, cultura e espiritualidade, promovendo momentos de alegria, identidade e pertença entre todos os que dela fazem parte. Um agradecimento a todos os que nos acompanharam nesta semana e acompanham no dia-a-dia.

Cláudia Tavares, Diana Amaral e Joana Soares

Atividades de Animação Sénior

Continuamos, no segundo trimestre do ano, a dinamizar um conjunto de atividades culturais alargadas e apelativas, onde a alegria é constante. Atividades que nos deixam boas memórias e de coração cheio, pelo que aqui fica um balanço.

V Torneio de Boccia Interinstitucional

No dia 03 de abril realizou-se no Pavilhão Desportivo de Santa Cruz da Trapa o "V Encontro de Boccia interinstitucional". Atividade organizada pelo Centro de Promoção Social (Carvalhais) e onde a Misericórdia esteve representada por uma equipa do Centro de Dia e outra das ERPI's.

Foi entre sorrisos, boa disposição, jogos, espirito de equipa e muito *fair play* que este encontro decorreu com verdadeiro sucesso. Viram-se equipas empenhadas a competir para ganhar o primeiro prémio.

Perder ou ganhar, o mais importante é participar e passarmos momentos felizes entre todos e foi isso que aconteceu durante aquele dia. Um bem-haja aos intervenientes!

Páscoa

Ao longo dos 40 dias do período da Quaresma, criamos um mural onde representamos todos os elementos concernentes ao que essa quadra representa, ao seu simbolismo, levando a uma maior introspeção.

Ao longo destes dias, em que a fé de cada um se encontra mais à "flor da pele", são vividos momentos de reflexão, para além das celebrações semanais da eucaristia. Iniciamos com os momentos de confissões que, mais do que confessar "pecados", significam adorar a Deus, tornando-se como que um hino de louvor.

A 10 de abril tivemos a Missa de Bênção dos Ramos e, como tal, nos dois dias anteriores, realizamos a recolha dos ramos de oliveira, alecrim, louro e umas flores para promovermos um *atelier* para a elaboração dos ramos para os utentes.

A 18 de abril tivemos a Via Sacra, em que os nossos idosos realizaram uma representação das varias estações através da leitura cuidada de mensagens a pensar neles e na atualidade. Entre cada estação existia a leitura de uma reflexão e a projeção de pequenos excertos do filme "O Filho de Deus", aquando da oração do Sr. Padre.

Foram realizados vários *ateliês* de trabalhos manuais alusivos à Páscoa, onde foi construída uma "cruz" com galhos das arvores, um disco de madeira e uma facha roxa. Foi pedido ao Sr. Padre que a benzesse, para que tivesse ainda mais simbolismo.

25 de Abril

Fomos convidados pelo Município de S. Pedro do Sul (Biblioteca Municipal) para, no dia 15 de abril, participarmos num encontro com outras IPSS e com as crianças dos jardins escola do concelho, com o objetivo de assistir à interpretação da obra "Os Barrigas e os Magriços", da autoria de Álvaro Cunhal. Trata-se de uma história de um Portugal de há muitos anos atrás, sobre a existência de uns homens conhecidos como os Barrigas (que comiam tanto, tanto que todo o corpo podia ser estômago) e de outros conhecidos como os Magriços (que não tinham nada para lá meter), relatando o acontecimento que originou o 25 de abril.

Após a história proporcionou-se um momento de partilhas e opiniões sobre o tema envolvendo os idosos das várias IPSS.

Dia da Mãe

No primeiro domingo de maio assinala-se o dia da mãe. Data comemorativa dedicada a homenagear todas as mães, sendo motivo para celebrar o amor, o cuidado, a dedicação e o sacrifício que elas representam.

Para assinalar a data, colocamos, assim, mãos à obra e, com tintas acrílicas e pinceis, fomos personalizar uma lembrança (uma escova de cabelo) para cada mãe (utente), com o seu nome e uma silhueta feminina.

Prenda que no dia 05 de maio serviu para felicitarmos as “nossas” mães. É uma forma de mimar individualmente cada uma das nossas mulheres pela sua garra, dedicação e coragem.

Mas, o “Dia da Mãe” é mais do que oferecer presentes ou flores. É um momento de reflexão sobre o papel fundamental que as mães desempenham com os filhos, com a família e a sociedade. É uma data para demonstrar gratidão e carinho. Assim, nesta linha de reflexão e no Centro de Dia, também homenageámos as “nossas mães” com uma linda sessão fotográfica.

Atelier de Barro na ASSOL

No dia 07 de maio, um grupo de utentes da ERPI e do Centro de Dia deslocaram-se às instalações da ASSOL, em São Pedro do Sul, para participar num *atelier* de barro.

Não sendo a primeira vez que, resultado da parceria com a ASSOL, os nossos utentes têm o prazer de participar em *atelieres* conjuntos, este, uma vez mais, não desiludiu. Foi uma manhã muito bem passada, onde aprenderam a moldar o barro e tiveram a oportunidade de fazer algumas peças decorativas.

Este tipo de atividades são extremamente importantes, pois tornam possível o contacto com materiais diferentes e, assim, aprendem e realizam coisas novas. Outra vantagem é a oportunidade de conviverem e interagirem com pessoas que integram diferentes realidades e instituições.

Oficinas de Trabalhos Manuais

O trabalho que desenvolvemos diariamente com os nossos utentes é deveras importante. A perda das suas capacidades físicas e o decréscimo do seu desenvolvimento cognitivo, podem ser retardados através das oficinas de trabalhos manuais. Os estímulos da coordenação motora, a socialização e uma mente ativa, na terceira idade, trazem benefícios vários. Tende-se a desvalorizar a sua importância, mas a realidade é que uma pessoa inativa evidencia um maior decréscimo físico e cognitivo. Por seu lado, a falta de socialização conduz a problemas de baixa autoestima, perda de capacidades cognitivas e a problemas emocionais diversos.

Por isso, trabalhamos no sentido de criar oficinas de atividades várias, que tentem ir de encontro aos gostos dos utentes, que criem novas experiências e, ao mesmo tempo, que ofereçam um momento recreativo e de regozijo. Estas oficinas favorecem o convívio e possibilitam o reviver de histórias e partilha de experiências.

Outro cuidado muito importante é criar atividades adaptadas às limitações dos utentes. Para tal, deve-se distribuir tarefas dentro de uma mesma atividade, de forma a que os utentes, apesar das suas limitações, possam participar e se sentirem úteis e ativos.

Outro grande benefício é o sentimento de utilidade que geramos nos utentes, como por exemplo, na criação de decorações para a instituição e para as festividades. O utente sente orgulho em ver o seu trabalho exposto e a ser admirado pelos restantes utentes e familiares.

Dia do Abraço

O dia do abraço é comemorado a 22 de maio. A data celebra o gesto de abraçar, um símbolo universal de carinho, acolhimento, afeto e conexão entre pessoas.

Foi assim que um grupo de utentes de duas valências da Misericórdia (Centro de Dia e ERPI Casa da Quinta) rumaram até à Praça Rainha D. Amélia, nas Termas de S. Pedro do Sul, com o propósito de oferecer e receber abraços grátis entre as pessoas que passeavam por lá.

Foi uma manhã repleta de abraços e sorrisos também.

Dia da Família

Como já vem sendo apanágio, a instituição preza-se por celebrar o “Dia da Família” junto dos familiares dos nossos utentes. Este ano as comemorações realizaram-se no dia 31 de maio. A festividade decorreu pela tarde, com a animação do rancho folclórico de Negrelos, seguido de um lanche partilhado.

Os familiares trouxeram um miminho para que, em conjunto, pudéssemos criar um lanche partilhado, cheio de coisas boas.

Foi mais uma tarde repleta de muita emoção e partilha. Um dia memorável para os nossos utentes, que aproveitaram para estar com os seus familiares num momento de convívio mais alargado, para além de verem pessoas amigas.

Piquenique na Serra da Freita

No dia 05 de junho, os utentes da Casa das Amoreiras foram passear pelas serras da Freita e Arada, para apreciar as lindas paisagens que estas duas serras nos oferecem e renovar os ares. Pela Freita realizámos um piquenique, no parque de merendas de Albergaria da Serra, junto da margem do rio e próximos de vacas que andavam por ali a vaguear.

À tarde descemos à Serra da Arada, com uma paragem depois no São Macário. Foi um dia recheado de boa disposição, cantorias e muitas gargalhadas.

Desporto 100 Idade

A 17 de junho terminamos mais um ano de Ginástica e o professor Paulo Lima de uma forma divertida e entusiasmante, deixou o mote para o inicio das férias de Verão.

Mais do que aulas, estes momentos são imensamente gratificantes, pela satisfação revelada na forma como superam as suas limitações ao realizar determinado exercício. É, sem dúvida, uma enorme partilha de gargalhadas, sorrisos e conversas.

Ficamos a aguardar com entusiasmo o novo regresso em setembro.

Ioga do Riso

No dia 23 de junho os nossos utentes participaram numa sessão de Ioga do Riso. A atividade foi realizada pela ASSOL, nas nossas instalações, e nela estiveram presentes utentes das ERPI´s e Centro de Dia. Esta contou com muitas gargalhadas e muita cantoria à mistura. Foi uma tarde diferente, cheia de boa disposição e em que, embora a maioria nunca tivesse participado em nada do género, os utentes adoraram e foram bastante participativos e recetivos a tudo.

As dinâmicas propostas pela Técnica Luciana Coimbras e a sua assistente Olga Soares, foram extremamente cativantes e dirigidas aos gostos dos utentes. Esta prática combina exercícios de respiração conjugados com risos “forçados”, que acabam por contagiar de tal forma, que se tornam verdadeiros. Este tipo de exercício promove o bem estar físico e mental.

Saídas às Terras dos Utentes e Passeios na Natureza

Com o bom tempo iniciamos, mais uma vez, as saídas culturais e passeios às terras dos utentes da ERPI - Lar de Grandes Dependentes.

Sempre que o tempo permite, são feitos pequenos passeios com grupos diferentes de utentes. São passeios culturais, nomeadamente às Termas de São Pedro do Sul; a Vouzela; à Senhora do Castelo; a Sacorelho; ao Bom Casal; a Ventosa; a Bordonhos; a Serrazes; a Santa Cruz da Trapa; e à Landeira.

Este tipo de atividade é uma “quebra” na rotina dos utentes e uma oportunidade de verem as suas terras e de conhecerem as terras dos outros, para além de que os passeios permitem conhecer o nosso património natural, tão rico e diverso.

A organização destes passeios é feita com base nas limitações dos utentes e adequada às mesmas, bem como aos seus gostos pessoais. São sempre pequenos grupos, de forma a que se possa dar uma atenção mais individualizada e se facilite a socialização entre o grupo, promovendo o seu bem-estar.

Ao longo do verão e sempre que o clima/temperaturas o permitam, continuaremos a promover mais saídas, por forma a que todos possam usufruir do bom tempo e do que a nossa terra tem para oferecer.

Cláudia Tavares, Diana Amaral e Joana Soares

A Importância das Caminhadas

Com a vinda do bom tempo, os utentes da Casa das Amoreiras começaram as suas caminhadas matinais. Seja pela ecopista, seja pelos jardins da nossa instituição, o que interessa é mexer as pernas.

As caminhadas têm uma grande importância para os nossos utentes. Trazem benefícios físicos, mentais e sociais, logo contribuem para um envelhecimento mais saudável e ativo. Como se diz, fazem bem ao corpo e à alma.

Por aqui, continuaremos nas caminhadas sempre que o tempo o permita.

Cláudia Tavares

Páginas de Vida: Lurdes Almeida

Lurdes Almeida Bastos da Silva, nascida a 25 de fevereiro de 1947 em São Pedro do Sul e criada também nesta cidade.

A D. Lurdes recorda que teve uma infância dura, mas feliz. Andou na escola e fez a 3.ª classe, tendo interrompido o percurso escolar porque, naquela altura, ainda não era obrigatório andar até à 4.ª classe. Depois desses anos de estudo, ajudava os pais a cultivar as terras e a cuidar dos animais e era nesses momentos que brincava com os amigos, enquanto cada um guardava o seu gado. Foi assim até os seus 16 anos, altura em que começou a servir em várias casas de pessoas com mais posses. Preparava refeições e cuidava das roupas, mas à noite regressava sempre a casa dos pais para dormir. Foi assim ao longo de três, quatro anos.

Era aos domingos que aproveitava os tempos livres da juventude, indo aos bailes, mas tinha sempre hora para ir e hora marcada para voltar a casa (sempre antes que a noite chegasse). Relembra que um dia chegou depois da hora marcada pela mãe e que, por isso, levou uma tareia que a marcou até aos dias de hoje. Mas, se queria ir aos bailes tinha que deixar trabalho feito: tinha que deixar pasto cortado e hortaliças apanhadas para alimentar o gado dos pais. Juventude difícil!

Aos 20 anos conhece o seu amor, António Cordeiro da Silva, que viria a tornar-se marido 3 anos depois. Casaram em janeiro de 1968, em S. Pedro do Sul. O namoro foi sempre à distancia. Ora por o marido estar em França no inicio do namoro, ora por estar em Lisboa, cidade onde, depois de casarem, ficaram cerca de 2/ 3 anos.

Seguiu-se a Alemanha, país onde estiveram mais tempo juntos emigrados. Lá trabalharam em fabricas onde se faziam peças para carros.

Apesar da distancia, encontros e desencontros, foram um casal lutador. Assim diz a D. Lurdes, que afirma, também, que teve um casamento feliz e do qual resultaram três filhos. Em Portugal manteve-se como doméstica para cuidar dos filhos até crescerem um bocadinho. Mulher de arregaçar mangas, trabalhou em vários hotéis nas Termas da nossa cidade.

Aos 54 anos perde o seu grande amor, com problemas de saúde.

A D. Lurdes é uma pessoa afável, alegre, brincalhona, lutadora, simpática e meiga, que faz hoje parte da família alargada da Casa das Amoreiras.

Lurdes Almeida (Utente da Casa das Amoreiras - Centro de Dia. Recolha por Cláudia Tavares)

Caminhada Comemorativa dos 150 Anos da Misericórdia SPS

No âmbito das celebrações dos 150 anos da Santa Casa da Misericórdia de São Pedro do Sul, realizou-se, no dia 24 de maio, uma caminhada comemorativa que reuniu colaboradores, voluntários, familiares e membros da comunidade local. Sob o lema “150 anos de cuidado e dedicação”, o evento teve como objetivo promover a saúde, a solidariedade e o espírito de união entre gerações e com a comunidade.

O percurso foi cuidadosamente planeado e procurou destacar a beleza natural e patrimonial da cidade. Teve início na sede da instituição e seguiu em direção à Capela de S. António, antes de se tomar rumo para o Parque das Nogueiras, de onde seguimos pela ecopista acompanhando a linha do rio Vouga até às Termas, em perfeitos momentos de tranquilidade e contemplação. Aqui chegados, estávamos a meio do trajeto, pelo que foi tempo para uma pausa e recuperação de energias com um reforço alimentar (sumos, água e petiscos), num ambiente de convívio e partilha. Daqui, regressamos pela ciclovia, passando ainda pelo Jardim da Misericórdia.

Foram 103 os participantes na caminhada, superando as nossas expectativas, todos vestidos com camisolas comemorativas, dando cor e alegria ao evento.

Esta caminhada não celebrou apenas uma data simbólica. Assinalou, também, uma história centenária de dedicação ao próximo. A Misericórdia de São Pedro do Sul reafirma-se, assim, como uma instituição de referência, elencada em valores de compaixão, cuidado e compromisso com a comunidade.

Diana Amaral

II Jornadas + Visibilidade | Pensar na Pessoa Idosa

Decorreram no dia 18 de junho as “II Jornadas + Visibilidade | Pensar na Pessoa Idosa”, no Cineteatro Jaime Gralheiro, numa organização conjunta da Câmara Municipal de S. Pedro do Sul e algumas IPSS do concelho.

Tivemos a participação ativa de alguns utentes das instituições para a abertura da atividade e para a divulgação da mesma, tendo, este ano, sido escolhido o tema de “olhos postos na Felicidade”.

Tivemos dois painéis de luxo que deixaram toda a gente a pensar sobre este tema tão pertinente e atual na nossa população mais idosa. No primeiro, “humanizar os cuidados ao outro”, contamos com a presença da enfermeira Cármen Garcia que tão bem falou sobre a “contenção física do idoso, da dissonância cognitiva à aceitação dos maus tratos”. Neste painel contamos, também, com a presença do Afonso Pimentel, fundador e coordenador-geral da Cooperativa Social Via Hominis (Humanitude Portugal) que falou sobre os cuidados centrados nas tarefas - a violência invisível.

No segundo painel foi tratado o tema “A Feliz idade”, tendo-se contado com a presença da Manuela Grazina, professora auxiliar da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, que abordou a temática “Cérebro para que te quero?” Contamos, ainda neste painel, com a presença de José António Carreira, fundador do movimento Ibero Americano STOP Idadismo: de idadistas em desconstrução a anti-idadistas.

A equipa que organizou estas jornadas não é apenas um grupo de pessoas que trabalhou juntas. É uma família profissional onde cada contributo é valorizado, cada desafio é superado com coragem e cada conquista é celebrada com orgulho. Podemos dizer que estas jornadas foram um sucesso e nós continuaremos a ter voz ativa para defender a dignidade dos nossos “velhos”, para os valorizarmos.

Cláudia Tavares

Frota Solidária da Fundação Montepio - Entrega de Viatura

A Misericórdia de São Pedro do Sul integra o projeto Frota Solidária, uma iniciativa da Fundação Montepio que tem como missão promover a mobilidade e a autonomia de quem mais precisa, com a aprovação da sua candidatura e receção, no passado dia 15 de abril, no "espaço atmosfera m" em Lisboa, de uma viatura híbrida plug-in (PHEV) de 9 lugares.

Nesta edição, a Fundação Montepio entregou, ao todo, mais 10 viaturas adaptadas a igual número de Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), representando um investimento de 503.376 euros.

Durante a cerimónia, Virgílio Boavista Lima, presidente da Fundação Montepio, destacou que "à nossa escala, procuramos combater as desigualdades sociais e contribuir para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Este projeto tem, por isso, um lugar de destaque na atividade da Fundação Montepio, por apoiar quem, no terreno, dá corpo à solidariedade: as instituições sociais."

A nova viatura adaptada agora ao serviço da nossa Misericórdia representa muito mais do que um meio de transporte, simboliza acesso, mais conforto e oportunidades para todos aqueles que diariamente acompanhamos e apoiamos.

Um agradecimento à Fundação Montepio por esta parceria transformadora e por acreditarem, como nós, que ao caminharmos juntos superamos melhor os obstáculos.

Seguimos com mais força, mais compromisso e ainda mais motivação!

O Projeto Frota Solidária

Criada em 2008, esta iniciativa tem por objetivo promover a mobilidade, a inclusão social e o combate ao isolamento e à desertificação, através da atribuição de viaturas adaptadas a instituições que atuam junto dos públicos mais vulneráveis. Ao longo destes 17 anos, a Frota Solidária já atribuiu 280 viaturas.

A Frota Solidária é o projeto mais emblemático da Fundação Montepio no domínio da responsabilidade social, refletindo o seu compromisso com uma sociedade mais justa, inclusiva e solidária.

Além da Fundação Montepio, que coordena e distribui as viaturas, a iniciativa conta com parceiros fundamentais: a Lusitania Seguros, que oferece a primeira anuidade do seguro automóvel e a Auto Ribeiro, responsável pela adaptação técnica dos veículos.

As Instituições Beneficiadas Nesta Edição:

- Fundação Cónego Manuel Joaquim Ochôa (Bragança).
- Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso (Braga).
- Santa Casa da Misericórdia de Santo António de São Pedro do Sul (Viseu).
- Centro Social de Santa Cruz (Aveiro).
- CACFF – Centro Assistencial, Cultural e Formativo do Fundão (Castelo Branco).
- Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000 (Vila Real).
- Liga dos Amigos do Hospital de Pulido Valente (Lisboa).
- Santa Casa da Misericórdia de Loures (Lisboa).
- NECI – Núcleo Especializado para o Cidadão Incluso (Faro).

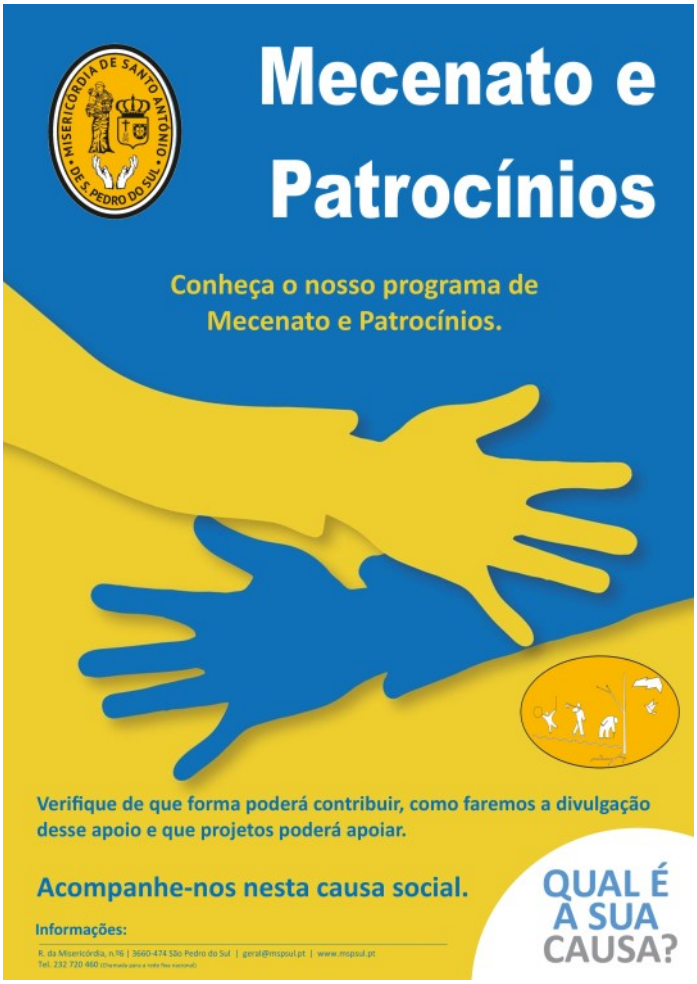
João Marques

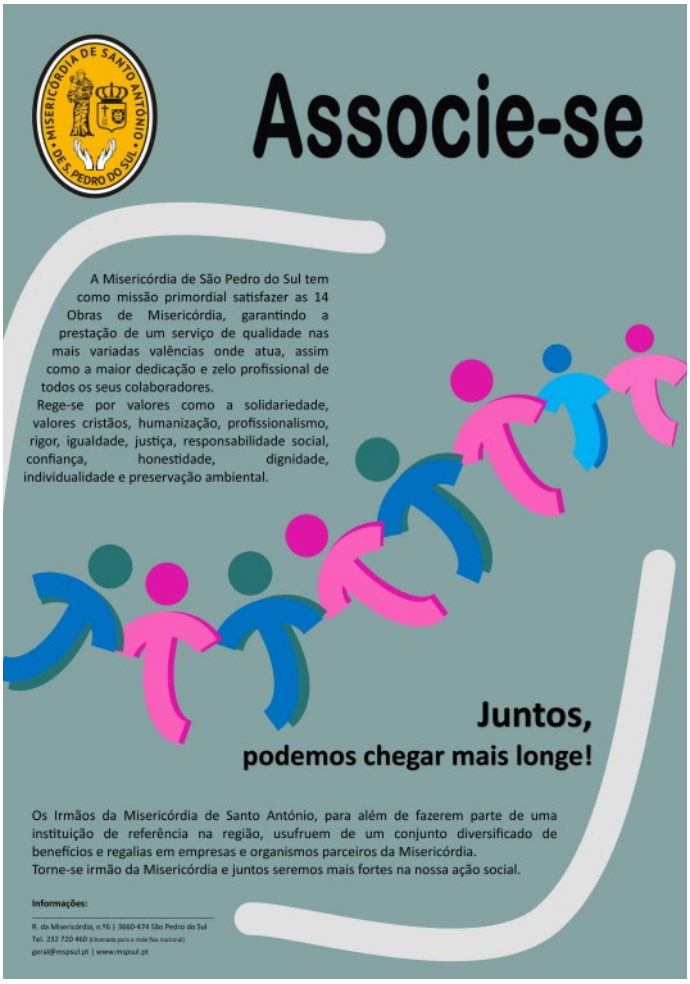
Doação de Arte

O artesão Sampedrense Arlindo Lopes Pereira presenteou a Misericórdia com uma peça de arte: trabalho em raízes com as "Obras de Misericórdia".

Um trabalho que está exposto na zona de receção administrativa da sede da Instituição e para o qual fica o nosso profundo obrigado.

João Marques





Tome Nota:

Plano anual de atividades

No âmbito das atividades de envolvência comunitária, deixamos nota de algumas das atividades previstas para o terceiro trimestre de 2025:

- "O Mundo Hoje" - A Importância do Sono no Idoso - 16 de julho, na sede.
- Arranque do ano letivo 2025/26 (Creche e Pré-escolar) - 04 de setembro.
- Comemorações do "Dia Internacional do Alzheimer" - Oficinas da memória a 23 de setembro nas ERPI.

Horários de Visitas (ERPI)

Relembramos que atualmente disponibilizamos um horário alargado de visitas nas ERPI: 09h30 - 12h30; 14h00 - 17h00.

Agende previamente e não deixe de visitar os seus familiares.

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

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
(Chamada para a rede fixa nacional)
geral@mspsul.pt

Visite-nos na Web em www.mspsul.pt

www.facebook.com/misericordia.santoantonio

Skype para contacto com idosos residentes (familiares): mspsul1