

CAMINHO NO TEMPO

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

n.º08 | setembro 2016

Experiência de Escalada

A ação desta aventura desenrolou-se numa torre de escalada com oito metros (...) - pág.6.

Verão Ativo - infância

Terminada a componente letiva, o verão representa uma "folga" no trabalho dos (...) - pág. 8.

Espaços Oficiais

Espaços de promoção de saberes tradicionais, práticas, usos e costumes (...) - pág. 11.



Piscinas - 5 anos



Oficina - Trabalhos manuais

Nesta Edição

- Escarlatina - uma doença da infância!; Processo de Adaptação e receção da criança; Proteção solar; Um novo ano letivo; Ginástica sénior; Avaliação de satisfação; Dia mundial da fisioterapia; Receitas da nossa terra (...).

Patrocínios:



FARMÁCIA DA MISERICÓRDIA



Ficha Técnica

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

Periodicidade: Trimestral

N.º 08 - setembro 2016

Coordenação editorial,
design gráfico e
paginação: Corpo técnico
MSPS

Tiragem: 300 exemplares

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

Colaboradores na edição

Anabela Costa
Ana Cristina Rodrigues
Ana Filipa Pereira
Ana Lúcia Pereira
Ana Oliveira
Ana Rita Gomes
Ana Sofia Rodrigues
Carolina Rodrigues
Cristiana Almeida
Elisabete Oliveira
Gilberto Carmo
Helena Salazar
Idalina Barros
Irene Rodrigues Silva
Isabel Ferreira
João Marques
Luísa Almeida
Margarida Pereira
Maria Alice Oliveira
Maria Elisa Simões
Maria Saudade Torres
Olga Paixão
Susana Campos
Teresa Almeida
Teresa Tojal
Vera Neves



Vogal, António Henriques

Nota de Abertura

Neste 3.º trimestre de 2016, abrimos a 8.ª edição do “Caminho no Tempo” com uma iniciativa que procura unir crianças e idosos num encontro intergeracional de partilha de saberes: é o dia dos Avós. Contudo, tenta-se incutir a mesma filosofia na diversidade de iniciativas promovidas.

Assinalamos, ainda, entre as várias atividades dinamizadas, o processo de adaptação e receção das crianças no novo ano letivo, o projeto “Nutriciência”, o Verão ativo desenvolvido no jardim.

Acompanhe-nos nestas páginas do novo número da nossa revista, ficando também o convite para que se junte a nós nas atividades e no testemunho do que se faz. Visite-nos, de igual modo, no nosso *site* e *Facebook*.

Dia dos Avós

A data escolhida para celebração do “Dia dos Avós” foi o dia 26 de julho, por este ser o dia de Santa Ana e São Joaquim, pais de Maria e avós de Jesus Cristo.

Em Portugal também se comemora esta data, com eventos e atividades que prestam homenagem e que pretendem demonstrar carinho e apreço aos avós.

Assim, não quisemos deixar passar esta data em vão e, no período da manhã deste dia, as crianças das salas dos 5 anos e do CATL visitaram os “nossos” avós na ERPI. Aqui, os grupos dos 5 anos presentearam os nossos avós com danças cheias de movimento e de cor e, por seu lado, o grupo do CATL promoveu sessões de leitura de contos tradicionais.

Da parte da tarde, dez senhoras, com a colaboração do músico Paulo Pereira (que tocava maravilhosamente flauta), e de dois voluntários mais novos, cantamos e dançamos ao ritmo de lindas melodias do tempo dos nossos avós: dobadoira; vai de centro ao centro; aldeia da roupa branca; e padeirinha, foram alguns dos temas.

Para mais tarde recordar, oferecemos uma bonita lembrança.

Helena Salazar e Idalina Barros



Atuação das crianças na ERPI

Dedicação Contínua

No terceiro trimestre do ano, as seguintes colaboradoras completaram mais um quinquénio de antiguidade na Misericórdia:

Idalina Maria Macário Figueiredo Barros – 20 anos;

Anabela Correia Santos Almeida – 20 anos;

Maria Silvína Figueiredo Bizarro Pereira – 10 anos;

Ana Cristina Fernandes Soares Rodrigues – 5 anos;

Inês Marlene Marques Cruz – 5 anos;

Maria Alice de Paiva Oliveira – 5 anos.

Desejamos as maiores felicidades, para se assinalarem novas conquistas e/ou consolidação de objetivos profissionais.

Ana Oliveira



Processo de Adaptação e Receção das Crianças



Entrada do Castelo

O ano letivo 2016/2017 está já em movimento. As crianças tiveram uma receção à altura, com um espaço temático que serviu para promover atividades em parceria.

A Creche e o Jardim de Infância são hoje entendidos como contextos formais de educação e de apoio às necessidades das crianças, ao mesmo tempo que cumprem também uma função assistencial, devido à necessidade dos pais deixarem os seus filhos num local seguro durante o seu período laboral.

Portanto, o processo de acolhimento das crianças ao sistema educativo configura-se como fulcral para o sucesso da sua inclusão, particularmente quando se trata de crianças a cumprir rigorosamente o Programa de Acolhimento Inicial.

Nesta fase inicial, na medida do possível, é fulcral a participação das famílias das crianças no processo de acolhimento. A família, assim como os educadores de infância e as auxiliares da ação educativa que acompanham e orientam as crianças, devem estar atentos a todos os fatores que possam prejudicar a sua inclusão na instituição.

Para tal, e com o intuito de facilitar o acolhimento e a inclusão das crianças, procuramos criar uma dinâmica, com todos os recursos existentes, que teve por missão analisar, propor e desenvolver estratégias adequadas ao Acolhimento Inicial.

“A minha escola é um castelo, mamã!”, esta foi a realidade que as nossas crianças encontraram ao entrar no Jardim de Infância. Todo o espaço decorado com motivos medievais e atividades temáticas, entre as quais, tivemos como parceiros os elementos da GNR do destacamento territorial de Viseu, que presentearam as nossas crianças com passeios a cavalo.

Estamos certos de que será um ano cheio de aventuras e aprendizagens na vida das nossas crianças, famílias e equipa educativa.

Gilberto Carmo, Rita Gomes e Vera Neves



Cavalos - apoio GNR



Fantástico Medieval - trajes das crianças

Escarlatina - Uma doença da infância!

A escarlatina é uma infeção que ocorre mais frequentemente em crianças na idade escolar, de 2 a 10 anos, durante o outono e a primavera, mas pode acometer também adultos.

A escarlatina é uma doença causada pela bactéria *Estreptococo beta hemolítico do grupo A*, também conhecida como *Streptococcus pyogenes*. O *S. pyogenes* é a mesma bactéria que também pode provocar infeções de garganta (amigdalites e faringites) e de pele (como impetigo e erisipela).

Transmissão

Transmite-se facilmente através da saliva ou das secreções ao tossir e espirrar, bem como pelo contacto com objetos e roupas contaminadas.

Após o contacto com uma pessoa doente, os primeiros sintomas (período de incubação) surgem entre o 2.º e o 4.º dia.

Logo que surjam os sintomas da escarlatina, é recomendado que a criança fique em casa em repouso, pois a escarlatina é contagiosa. Porém, 24 horas após o início do tratamento e sob indicação médica, a criança pode regressar à escola e às suas atividades normais.

A escarlatina causa muita dor de garganta e febre, por isso, é recomendado que os pais ofereçam uma alimentação líquida ou pastosa, para não agredir ainda mais a região da garganta e a criança conseguir engolir e comer, para se recuperar mais rápido.

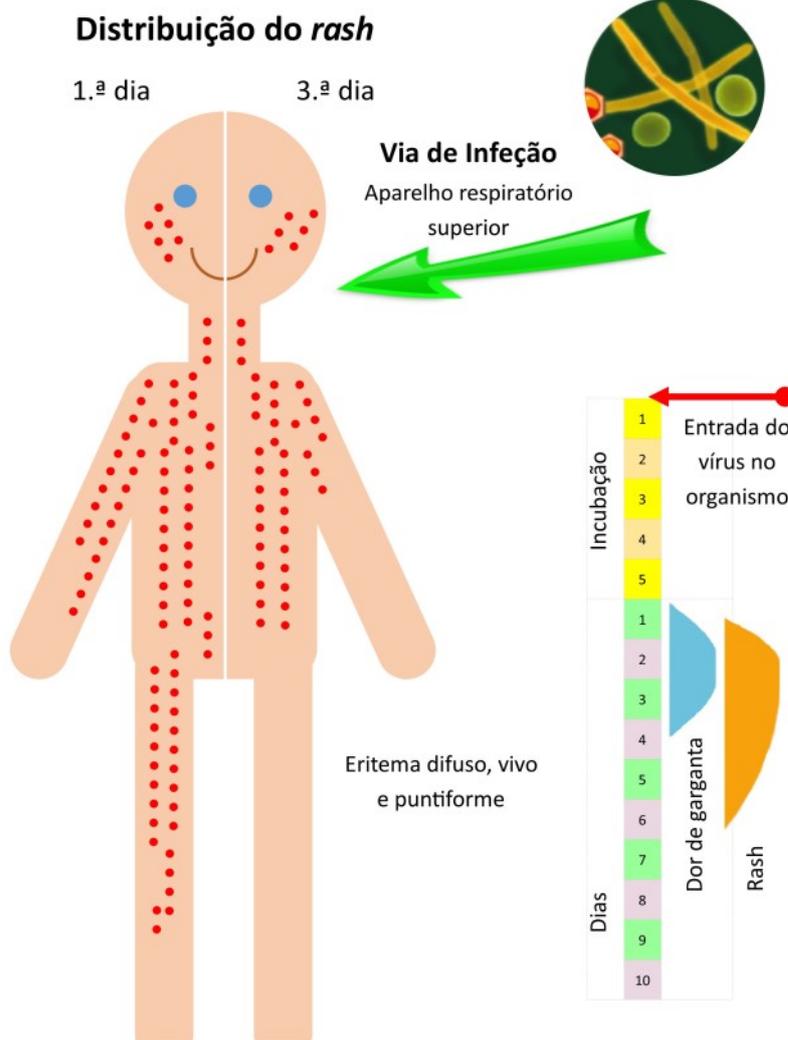
Outros cuidados importantes, para controlar o contágio da doença, passam por: lavar regularmente as mãos da criança; lavar as suas roupas com água quente e sabão em separado; desinfetar com álcool os seus objetos; não partilhar copos, talheres ou bebidas, por exemplo.



Sinais e Sintomas

Alguns dos sinais e sintomas principais da escarlatina são:

- Dor e infeção na garganta;
- Febre alta;
- Coceira na pele;
- Surgimento de manchas ou bolinhas vermelho vivo na pele, que geralmente aparecem primeiro no pescoço e tronco, alastrando depois para o rosto, braços e pernas;
- Rosto e boca avermelhados;
- Língua vermelha e inflamada com aspeto de framboesa;
- Náuseas e vômitos;
- Dor de cabeça;
- Inchaço nos pés, pernas e mãos;
- Mal-estar geral.



Esquema evolucionar da Escarlatina

Tratamento

O tratamento para a escarlatina geralmente é feito com antibióticos prescritos pelo médico, como a Penicilina, Amoxicilina ou Azitromicina, durante cerca de 7 a 10 dias.

Normalmente, 2 dias após o início do tratamento com antibiótico, os sintomas da escarlatina como febre alta, dores de garganta e manchas avermelhadas que coçam em todo o corpo começam a desaparecer. No entanto, deve-se tomar os antibióticos até à data indicada pelo médico.

Quando não tratada, a escarlatina pode complicar com formação de abscesso na garganta ou infeções nos pulmões, rins, coração, ouvidos ou sistema nervoso, daí a importância da vigilância e compromisso com o plano de tratamento prescrito.

Equipa de enfermagem da MSPS

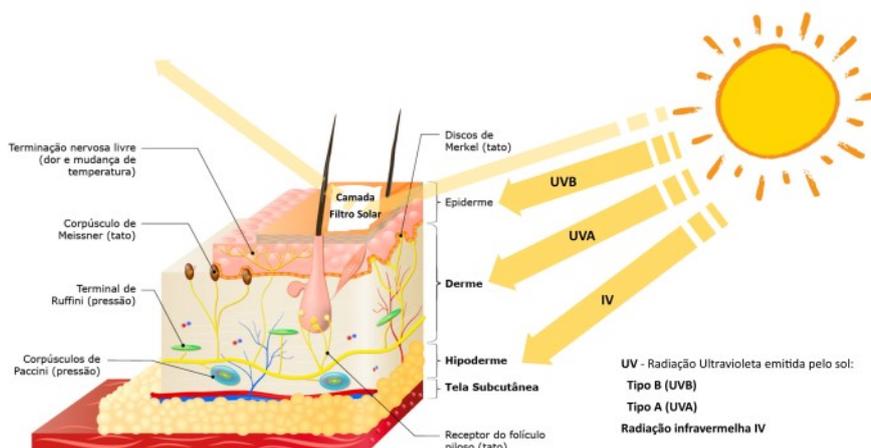
Proteção Solar: cuidados a ter com o sol

No passado dia 27 de julho, a Farmácia da Misericórdia de São Pedro do Sul esteve, uma vez mais, no nosso Jardim para lembrar a todas as crianças os malefícios de uma exposição prolongada ao sol e os cuidados que todos devemos ter, deixando como referência alguns conselhos úteis:

- Usar sempre um protetor solar com um fator de proteção adaptado ao tipo de pele. O rosto necessita geralmente de um fator de proteção maior do que o escolhido para o corpo.
- Usar o protetor solar diariamente, nas áreas mais expostas ao sol.
- Aplicar o protetor solar 20 a 30 minutos antes de cada exposição solar.
- Evitar a exposição solar entre as 12 e as 16 horas (período mais prejudicial segundo a Associação Portuguesa de Cancro Cutâneo).
- Reaplicar sempre o protetor solar a cada 2 horas e após nadar e transpirar, já que a água e a transpiração diminuem a eficiência dos filtros solares.
- Usar óculos de sol, chapéus ou bonés que ajudam a proteger o rosto, lábios e olhos.
- Não expor crianças muito pequenas diretamente ao sol.
- Os dias nublados também exigem o uso de filtro solar pois, nestes dias, 40 a 60% da radiação solar atravessa as nuvens e chega à Terra.
- Cuidado com a luz refletida – a luz do sol reflete na areia atingindo a pele, mesmo na sombra.

A preocupação prende-se, essencialmente com a radiação ultravioleta (UV) emitida pelo sol: a do Tipo B (UVB), penetra superficialmente a pele e provoca queimaduras e cancro da pele; a do Tipo A (UVA), penetra profundamente na pele e provoca o envelhecimento da pele, melanoma (a forma mais grave de cancro da pele). Associamos, ainda, a radiação infravermelha IV que leva ao envelhecimento da pele.

Foram disponibilizados folhetos informativos e amostras de um protetor solar recomendado, pelo que nos resta desfrutar o sol com segurança.



Desfrute do sol com proteção

Cuidados com o Sol

Se do sol és amigo,
Não te podes esquecer:
Evita as horas de perigo
Para a pele proteger.
Põe protetor antes de sair
Para o sol não te queimar.
A regra da sombra podes seguir,
Para as más horas evitar!

Em dias de vento ou nevoeiro
Tens de ter mais cuidado,
O sol é matreiro
E ficas queimado.

E um escaldão a valer
Nem te deixa dormir,
São as costas a doer
E a pele a cair.

Se ao sol vais brincar,
Não te esqueças do chapéu,
Óculos escuros tens de usar
Para poder olhar para o céu.

E se fores mergulhar
O creme terás de repetir.
Bebe água para hidratar
E vai ser só divertir.

Teresa Tojal, Isabel Ferreira e Susana Campos

Projeto Nutriciência

O projeto Nutriciência: jogar, cozinhar e aprender é uma iniciativa/estudo da responsabilidade da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, em parceria com a Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Faculdade de Engenharia, União das Misericórdias Portuguesas, Santa Casa da Misericórdia do Porto, Rádio Televisão Portuguesa e a Universidade de Oslo.

O projeto tem como principal objetivo aumentar a literacia em saúde e nutrição das famílias e educadores de crianças do ensino pré-escolar de Misericórdias de todo o país e de assim sensibilizar para os benefícios de uma alimentação saudável.

No dia 15 de setembro, em Fátima, decorreu a cerimónia de encerramento da primeira fase e o arranque oficial da segunda fase do Projeto. Evento que contou com a representação da Embaixada da Noruega e da Direção-Geral da Saúde.

Neste evento foram apresentadas as receitas vencedoras pelo *Chef* Hélio Loureiro e pela Nutricionista Prof.ª Dr.ª Patrícia Padrão, que mais tarde foram degustadas por todos os presentes.

Também foram entregues os prémios às Misericórdias dos desafios que tinham sido propostos: elaboração de uma mascote da Nutriciência, criação de uma horta, conceção do hino do Nutriciência e realização de um teatro do Nutriciência, premiando o trabalho realizado com tanto empenho das Misericórdias junto das suas crianças.

A Misericórdia de São Pedro do Sul ficou em destaque ao ser uma das nomeadas para a horta, a nossa "Perisca" foi dada como exemplo da mascote e recebemos uma menção honrosa "Vamos Dançar!" em relação ao nosso Hino, com letra e música do professor Jorge Almeida. Os parabéns a todos os participantes.

Para o corrente ano letivo, iniciamos a 2.ª fase, tendo já sido transmitida a informação geral aos pais do pré-escolar sobre como participar. Consulte a educadora de sala para mais informações.

Teresa Tojal



Cerimónia de entrega de prémios



Relembrando a nossa mascote "Perisca"

Experiência de Escalada

A ação desta aventura desenrolou-se numa torre de escalada com oito metros, no campo de futebol do Jardim de Infância da Misericórdia de Santo António, no passado dia 14 de setembro.

Os "monitores" eram oito militares do Regimento de Infantaria n.º14 (Exército de Viseu). Estes explicaram às crianças os conceitos básicos de Escalada e distribuíram o Equipamento de Proteção Individual (EPI), passando rapidamente à prática.

Esta atividade foi constantemente monitorizada por pessoal devidamente habilitado, que garantiu a segurança das crianças, possibilitando a adesão destes jovens às modalidades radicais, tudo numa excelente envolvente natural!

Queremos agradecer a colaboração do Exército nesta atividade, por terem disposto um conjunto significativo de recursos humanos e materiais, possibilitando uma nova e diferente experiência, em segurança plena das nossas crianças, e a respetiva satisfação nos seus rostos.

Helena Salazar



A torre mais alta: 3 anos



CATL



O cuidado dos elementos do Exército

5 anos

Constituição das turmas 2016/17:

Creche:

- Berçário: Susana Oliveira e Amélia Bizarro.
- Berçário 2 - transição: Fernanda Matos e Sónia Leonor.
- 1 ano: Ed. Idalina Barros, Marta Saldanha e Ana Paiva.
- 2 anos (1): Ed. Gilberto Carmo e Helena Soares.
- 2 anos (2): Ed. Rita Gomes e Bibiana Nereu.

Pré-Escolar:

- 3 anos: Ed. Vera Cunha, Susana Centeio e Clara Paiva.
- 4 anos: Ed. Teresa Tojal, Sónia Pinto e Helena Gonçalves.
- 5 anos (1): Ed. Susana Campos e Anabela Almeida.
- 5 anos(2): Ed. Isabel Ferreira e Paula Figueiredo.

CATL:

- Ed. Helena Salazar, Prof. Elisabete Oliveira, Helena Almeida, Odete Costa e Isaura Ribeiro.



Contacto com as TIC

Um Novo Ano Letivo

Neste início do ano letivo, queremos realçar a importância de todas as aprendizagens feitas na educação pré-escolar, centrando-nos, contudo no presente artigo, na aprendizagem mediada pelas TIC – Tecnologias de Informação e Comunicação.

Na educação pré-escolar desenvolvem-se as mais variadas competências e habilidades, definem-se normas, valores e atitudes, cuja interiorização e apropriação se projetará, não só nos níveis de ensino subsequentes, como na vida adulta da criança.

A visão patente nas OCEPE

Nas primeiras OCEPE – Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar podemos ler “a educação pré-escolar é a primeira etapa da educação básica no processo de educação ao longo da vida”. É nesta etapa da vida que o educador deve “contribuir para a igualdade de oportunidades no acesso à escola e para o sucesso das aprendizagens” (OCEPE, Ministério da Educação, 1997, pp. 15 e 17). Não obstante, na sua revisão de 2016 (OCEPE, Ministério da Educação, 2016), adota-se uma postura mais alargada, na qual se considera que “um olhar sério sobre a educação não despreza nenhum momento e que olha, com particular atenção, para os momentos iniciais, a partir do nascimento.” Assim, a educação é encarada como um contínuo, do nascimento à idade adulta, sendo a educação pré-escolar alinhada “com os períodos anteriores, no que diz respeito a orientações e práticas pedagógicas na Creche, e com os momentos posteriores, garantindo uma transição com significado para o ensino básico.”

As TIC no ensino pré-escolar

Esta promoção da igualdade de oportunidades no acesso à escola passa, também, pela inserção e integração das TIC no Jardim de Infância. As TIC são, segundo as OCEPE, “formas de linguagem com que muitas crianças contactam diariamente”. Ainda segundo estas orientações, “a utilização de meios informáticos a partir da educação pré-escolar, pode ser desencadeadora de várias situações de aprendizagem” e “(...) pode ser utilizado em expressão plástica e expressão musical, na abordagem ao código escrito e na matemática” (OCEPE, Ministério da Educação, 1997, p.72).

Estes instrumentos devem proporcionar às crianças experiências iniciais enriquecedoras. Contudo, temos noção que a utilização das mesmas deve ser concretizada num determinado contexto e com objetivos definidos. As tecnologias, por si só, não são mediadoras de aprendizagem e o computador deve ser encarado como ferramenta e aliado educacional, estimulando os alunos à constante procura de informação.

Importa sublinhar que a utilização das TIC nesta etapa da educação não consiste em ensinar as crianças a utilizarem os computadores, mas sim, de “pôr os computadores ao serviço do seu desenvolvimento educacional” (Amante, 2004, pp.139-140¹), promovendo uma crescente autonomia por parte das crianças no desempenho das rotinas diárias.

A introdução das TIC na educação Pré-Escolar vai conduzir a uma nova vitalidade na prática pedagógica, que leva o educador a refletir as suas opções e práticas educativas (é uma de muitas outras opções de apoio à aprendizagem). É claro, contudo, que a integração das TIC nas práticas educativas constitui um desafio para o educador, sendo, assim, a preparação das atividades lúdico-didáticas muito mais exigente que no passado. O educador deve apostar em atividades assentes em metodologias tão diferentes quanto possível: criação, narração e posterior visualização de histórias, investigação, experimentação, *podcasts*, criação de e-portfólios, plataformas colaborativas, etc..

Concluindo este pensamento: tecnologia não é sinónima de aprendizagem, depende da planificação educativa do educador. Melhorar a qualidade da educação passa, entre muitas outras coisas, por saber tirar partido dessa tecnologia, por pô-la ao serviço de um projeto educativo renovado em que para além do que se aprende, se aprende a aprender. É importante deixar a porta aberta para as tecnologias entrarem na sala, contudo a forma como elas ingressam, depende do educador e da sua planificação. Este tem um papel cada vez mais ativo na integração das TIC no Jardim de infância e diversas metodologias e ferramentas da *Web* ao seu alcance.

Helena Salazar

¹Amante, Lúcia (2004), Explorando as novas tecnologias em contexto de educação pré-escolar: A atividade de escrita. Revista Análise Psicológica, Instituto Superior de Psicologia Aplicada (2004). Consultado em 09/2016 em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/>



Pinturas com tinta ao ar livre



Passeio - parque da Quinta S. José



Jogos de água



Praia da Costa Nova

Verão Ativo - Jardim

Terminada a componente letiva, o verão representa uma “folga” no trabalho dos conteúdos pedagógicos, sem que isso signifique parar de educar e ensinar. Antes pelo contrário, trabalha-se num contexto de aprendizagem muito mais informal e de experiências.

A componente lúdica entra em crescendo, sendo mesmo o exponencial das atividades de exterior, os passeios, o contacto com os parques, com a natureza, com a água, com a areia e tantos outros elementos. Aproveita-se o calor, procuram-se as sobras, brincamos com o que a natureza nesta época nos brinda.

O Verão é ainda o período preferencial de férias das crianças com os pais, não na sua totalidade mas no período possível. Estes aproveitam para ficar com os seus educandos em casa ou para irem de férias quando têm essa possibilidade.

Assim, este contexto mais informal, mais irregular em termos de frequência das crianças, tem de ser rico em atividades que não criem insegurança nos períodos de regresso de férias com os pais. Estimula-se, então, um conjunto de experiências, trabalha-se a componente relacional, experimental, cultural e lúdica, onde as crianças podem, de forma continuada, ir recordando e revivendo os valores, atitudes e habilidades que foram desenvolvidos ao longo do ano.

É tempo, de igual modo, de preparar o arranque de novo ano letivo, de se ultimarem os contactos com os encarregados de educação, de se preparar a disposição das novas salas, de se fazerem as manutenções de equipamentos e espaços e de se adquirirem novos materiais.

Importa, então, deixar nestas páginas algumas das nossas vivências, a cor do nosso verão, a alegria que sentimos.

Helena Salazar





Verão no CATL

Entusiasmo, sorrisos espalhados, diversão e alegria fizeram com que o Espaço Férias do CATL fosse o melhor do verão.

Todas as semanas foram diferentes e tiveram as suas próprias atividades. A cada semana foi atribuído um tema e as atividades desenvolvidas foram de acordo com os mesmos. Ficam aqui algumas atividades realizadas: oficinas de culinária e de artes; jogos lúdicos, de verão e tradicionais; ida à praia e às piscinas; exploração dos espaços verdes e caminhadas; piqueniques; projeção de filmes; festas temáticas; e saídas culturais.

Quanto às saídas culturais destacamos a ida à Praia da Costa Nova; ao Palácio dos Duques e Castelo de Guimarães; ao Jardim Botânico de Coimbra; à Feira de S. Mateus; ao Museu do linho e Casa de Lavoura; e ao Parque Aquático Príncipe Perfeito.

Elisabete Oliveira

Ginástica Sénior

No âmbito do protocolo celebrado com a Câmara Municipal de S. Pedro do Sul, para a prática de desporto pelos idosos da nossa Misericórdia, entrevistamos a D. Margarida Pereira, uma das utentes que pratica esta modalidade desde o início. Deixamos aqui as notas da nossa conversa.

CT: Com que regularidade pratica ginástica?

MP: Uma vez por semana. É à 3ª feira de tarde.

CT: Considera que o espaço utilizado reúne as condições necessárias para esta prática de desporto?

MP: Sim, senhora. A aula é feita no ginásio. É um espaço novo que fizeram e muito grande.

CT: O desporto esteve sempre presente na sua vida ativa?

MP: Não senhora. Eu fui funcionária pública durante muitos anos e não tinha tempo para fazer este tipo de coisas. Cheguei até a ir trabalhar aos sábados.

CT: Em que consiste a aula de ginástica?

MP: Olhe é sensivelmente uma hora, onde estão mais ou menos 15 a 20 idosos. O professor chega por volta das 15h e começa a aula pedindo para fazermos o aquecimento. De seguida começamos a fazer os exercícios que ele executa. No final, pede para fazermos alongamentos e é isto a aula.

CT: Considera que a atividade física lhe trouxe ganhos acrescidos à sua saúde: física e/ou mental? Porquê?

MP: No meu caso trouxe ganhos ao nível mental, porque ainda me desenrasco sozinha. É uma hora que a gente passa sem dar por ela, é muito agradável e o professor muito simpático.

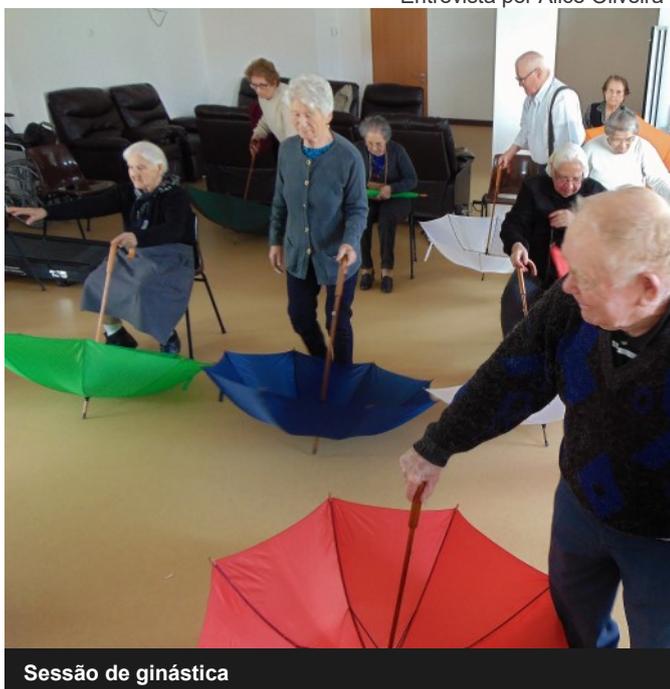
CT: Sugeriria a prática da ginástica a outros utentes?

MP: Sim, sim, os outros idosos deveriam praticar mais desporto. Faz bem ao corpo, principalmente à mente. É um alívio que a gente sente, que nem calcula.

CT: Diga-me sugestões que lhe pareçam relevantes para a prática da Ginástica?

MP: Faz bem a tudo, a tudo mesmo....

Entrevista por Alice Oliveira



Sessão de ginástica

Sala Snoezelen

A Misericórdia criou em fevereiro do corrente ano, uma sala de Snoezelen com o firme propósito de criar um ambiente de estímulos sensoriais aos nossos utentes.

Desde a sua inauguração até à data, tem sido assiduamente utilizada pelos utentes mais velhos e pelas crianças. Assim sendo, quisemos obter a opinião de um dos nossos utentes acerca da sua utilização e ocupação da sala Snoezelen, pelo que estivemos à conversa com a D. Carolina Rodrigues, ficando aqui as notas dessa conversa.

CT: Na sua opinião, o que é a sala de Snoezelen?

CR: É uma sala muito bonita, com muitas cores e tem lá coisas para a gente descansar.

CT: Para que serve esta sala?

CR: Nós vamos para lá para relaxarmos. Para termos um momento de sossego.

CT: Considera que as atividades que realiza são ajustadas/adequadas às suas necessidades?

CR: Eu acho que sim. Todos os idosos poderiam ir para lá, acalma-os e deixa-os mais tranquilos.

CT: Qual o impacto das atividades realizadas na sala de snoezelen no seu quotidiano?

CR: Eu recentemente coloquei um pacmarcker, e para mim tem feito com que eu ande muito mais calma.

CT: Quantas vezes por semana participa nas terapias na sala de Snoezelen?

CR: Uma vez por semana.

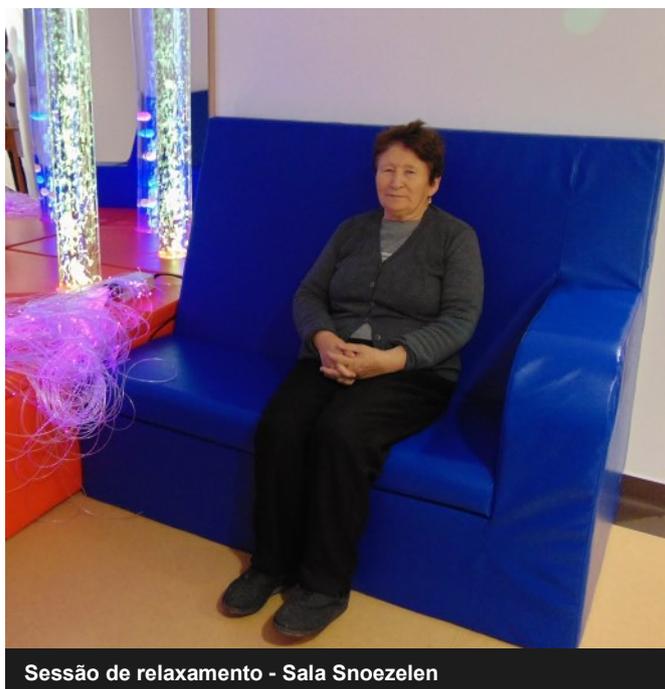
CT: Quais os benefícios que esta sala lhe proporciona?

CR: Mais saúde, bem-estar e sobretudo muita tranquilidade.

CT: Considera que este foi, um bom investimento feito pela Misericórdia?

CR: Claro que sim. Eu estou cá há pouco tempo, mas para as outras pessoas que estão há mais tempo, esta sala já deveria existir. Faz muita falta!

Entrevista por Alice Oliveira



Sessão de relaxamento - Sala Snoezelen



Virgem Milagrosa - Campia



Jardins Efémeros - Viseu



Jardins Efémeros - Viseu



Museu Municipal - Vouzela

Passeios culturais - Seniores

Os passeios culturais são momentos de viagem, encontro e reencontro com familiares, amigos. São, ainda, momentos de (re)descoberta dos recantos da nossa região, de contacto com o património local, cultura e outras gentes.

Procura-se, nestas viagens, partilhar experiências, “beber” novidades, conhecer. É nestes encontros noutros locais, noutras terras, que continuamos a ter o prazer de sermos sempre bem recebidos, bem acolhidos e com vontade de partilha do tempo que aí passamos. Fazemos, então, um pequeno percurso por alguns dos locais por onde andamos neste último trimestre.

Visita à Virgem Milagrosa de Campia

Foi a 28 de julho que um grupo de utentes da ERPI – Lar de Idosos visitou a Virgem Milagrosa em Campia, Vouzela. Este monumento, inaugurado a 31 de agosto de 2013 e com cerca de 15 metros de altura, representa a devoção de Teresa Cristina e sua família à Santíssima Virgem. A construção desta estátua tem origem na forte devoção que Teresa tem na Virgem, a quem atribui o milagre da cura do problema de saúde de que sofria. Assim, em sinal de agradecimento, e de forma a também proteger a vida de todos os campienses, esta imagem encontra-se localizada no topo da aldeia impressionando, pelo seu tamanho, os mais desprevenidos que ali passam.

Perto da Virgem, os utentes fizeram as suas orações e mostraram-se curiosos em saber mais sobre esta história com um final feliz. A vista privilegiada permitiu ainda contemplar toda a zona circundante ao monumento, marcada pela serra do Caramulo. No local, foi possível recolher um excerto de uma oração:

“Cobre-nos Senhora, com o teu manto protetor

Faz chover sobre nós as vossas graças

E abriga-nos no teu imaculado coração.

Acolhe, ó Mãe, este clamor

Que em vós confia

E espera alcançar o que Vos pede.”

Por ser um lugar de oração em que a fé comanda, este é sempre um local de inspiração para os utentes que o queiram visitar, mesmo que já o tenham feito em outras ocasiões. Foi bom perceber o agrado do grupo com a visita a este local religioso, tão bem integrado neste cenário natural.

Jardins Efémeros

Foi na bela tarde de 07 de julho que passeamos pelos espaços da realização cultural "Jardins Efémeros" em Viseu e cuja edição deste ano foi subordinada ao tema TEMPO.

Os Jardins Efémeros são uma realização cultural multidisciplinar feita na cidade de Viseu, com forte componente experimental, que tem, segundo as palavras da organização, “como objetivo maior potenciar a relação entre os vários agentes que «fazem acontecer a cidade de Viseu» (município, artistas, curadores, investigadores, universidades, associações culturais, sociais, de comércio, turísticas, empresas, museus, cidadãos, escolas e mesmo os seus visitantes). O objetivo é que essas relações estabelecidas em projetos específicos resultantes dos JE possam ser um ensaio e início de realizações futuras autónomas.”

Da visita por Viseu, fomos muito bem acolhidos no “Pavilhão do Mundo Português”, antigas instalações da metalurgia Francisco Gonçalves, espaço devoluto transformado em espaço expositivo onde Portugal e o Tempo são equacionados. Aqui deixámo-nos guiar pela explicação e observação da exposição, sempre orientados por um elemento da organização.

Visita ao Museu Municipal de Vouzela e à Capela de S. Frei Gil

Procurando oferecer aos utentes da ERPI – Lar de Idosos um passeio cultural, ainda que num mês particularmente quente, foi programada uma visita ao Museu Municipal de Vouzela. Assim, no dia 2 de agosto, 19 utentes conheceram a exposição vigente neste museu, que incluía imagens do Parque Natural Local Vouga-Caramulo da autoria do fotógrafo João Cosme, imagens do património histórico-medieval e da arte sacra deste município e, ainda, os trabalhos realizados no âmbito do VII Encontro Internacional de Pintura de Vouzela.

Toda a visita foi muito bem guiada e adaptada a este público por parte de uma técnica do município, o que permitiu aos utentes uma maior compreensão e enriquecimento cultural quanto aos trabalhos expostos. Por fim, aproveitando a localização do museu na zona mais histórica da vila, houve ainda oportunidade para apreciar a bela capela de S. Frei Gil e, cada um à sua maneira, fazer as suas orações.

Este passeio cultural que se realizou pela manhã conseguiu, deste modo, ser bastante revigorante para todos os participantes, que se manifestaram positivamente quanto à escolha destes monumentos para visita.

Feira de São Mateus

Novamente por Viseu, mas desta feita a 01 de setembro, visitamos os expositores do recinto da Feira de São Mateus e o Pavilhão Multiusos. Feira que decorreu entre 5 de agosto e 11 de setembro.

Pegando nas palavras da organização “Feirar está no sangue das famílias e amigos que todos os anos se reencontram em Viseu, na Feira Franca mais antiga da Península Ibérica. Ousamos designar a Feira de São Mateus como a guardiã de todas as feiras populares do país. São 624 anos de história, numa reinvenção permanente!” Neste sentido, marcámos presença, fomos passear, fomos feirar, não tendo faltado inclusive a “pecaminosa” fartura.

Passeio a Lamego - Nossa Senhora dos Remédios

A 12 de setembro foi a vez do passeio religioso à Nossa Senhora dos Remédios, em Lamego. Passeio na altura da romaria a esta santa e que atinge toda a sua plenitude nos primeiros dias de setembro.

Os idosos da ERPI e SAD da Misericórdia tiveram, assim, a possibilidade de se deslocarem a esta cidade para visitarem o santuário e outro património histórico e cultural local: Santuário da Nossa Senhora dos Remédios, Escadatório, Sé de Lamego.

Santa Eufémia - Arcozelo

Para terminar o trimestre, a 19 de setembro ainda houve lugar para o passeio religioso à capela de Santa Eufémia, padroeira da povoação de Arcozelo aqui no concelho de São Pedro do Sul e cuja festa se celebra em 16 de setembro. Os utentes visitaram a Capela, cumpriram as suas promessas e ainda tivemos tempo para contactar com a povoação local.

Filipa Pereira e Eufémia Fernandes



Museu Municipal - Vouzela



Feira de São Mateus - Viseu



Nossa Senhora dos Remédios - Lamego



Capela S. Eufémia - Arcozelo



Avaliação de Satisfação - Resultados

No início do mês de julho convidamos os nossos utentes e familiares dos mesmos a responder a um breve questionário, no qual procuramos avaliar o seu grau de satisfação no âmbito das respostas sociais/serviços que promovemos.

Procurou-se, de igual modo, avaliar o grau de satisfação no âmbito da relação institucional e articulação com as respostas sociais/serviços que promovemos.

O questionário foi disponibilizado em suporte de papel e em suporte informático, nomeadamente com a possibilidade de preenchimento online através do “Google Forms”, tendo estado aberto à receção de respostas entre os dias 08 de julho e 12 de agosto de 2016.

Apresentamos, agora, a análise dos resultados obtidos, fazendo uma agregação por área de atuação: Sénior – residencial (ERPI – Estruturas Residenciais para Idosos Lar de Idosos e Lar de Grandes Dependentes); Sénior – não residencial (SAD); Infância (Creche, Pré-Escolar e CATL – Centro de Atividades e Tempos Livres); e Parceiros.

Numa análise global, rececionamos um total de 152 questionários de avaliação de satisfação preenchidos, dos quais 29 (19%) correspondem à área sénior não residencial (SAD); 61 (40%) à área sénior residencial – ERPI; 55 (36%) à área de infância; e 7 (5%) aos parceiros.

Em termos de resultados globais, colocada a questão “considerando todos os aspetos, estou satisfeito(a) com a instituição?”, a avaliação dos utentes e familiares foi francamente positiva, revelando uma concordância ou concordância total junto de 91% dos inquiridos. Situação análoga em relação aos parceiros, nos quais registamos uma concordância ou concordância total de 86%, quando confrontados com a questão equivalente – “considerando todos os aspetos, estou satisfeito(a) com a relação de parceria com a instituição”.

Utilizou-se, ainda, dois outros indicadores na avaliação de satisfação geral. Por um lado, a recomendação do serviço pelos utentes; por outro lado, a mudança de serviço em caso de possibilidade.

Assim, no que concerne ao primeiro indicador, 99% dos utentes/familiares, se lhes solicitado por terceiros, recomendariam o serviço prestado pela Misericórdia.

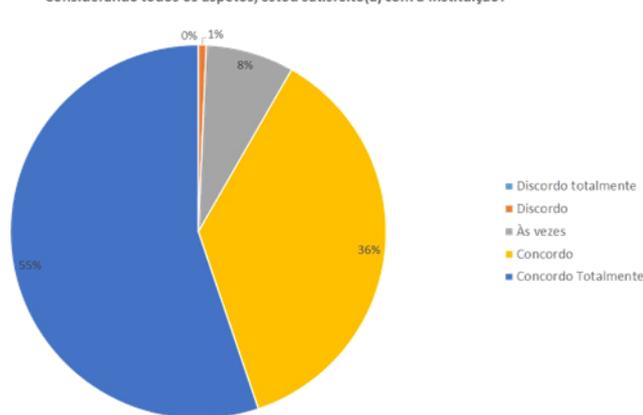
Por seu lado, perante a questão “se tivesse possibilidade mudaria de serviço”, a resposta também é perentória, registando-se uma percentagem de 93% do não. Resultados mais uma vez francamente positivos.

Os resultados parciais associados aos vários indicadores em análise estão disponíveis nos placards informativos das valências. Não deixe de consultar.

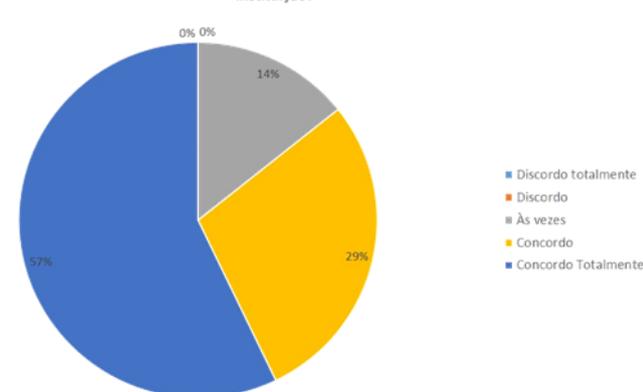
O nosso muito obrigado pela participação nesta avaliação e a confiança depositada nos nossos serviços.

João Marques.

Considerando todos os aspetos, estou satisfeito(a) com a instituição?



Considerando todos os aspetos, estou satisfeito(a) com a relação de parceria com a instituição?



Dia Mundial da Fisioterapia

No dia 8 de setembro assinalou-se o dia da fisioterapia e, na nossa instituição, realizamos várias atividades psicomotoras, tendo-se iniciado, logo pela manhã, com uma caminhada pelo exterior. O trajeto foi relativamente curto, devido à reduzida mobilidade que os utentes apresentam: estes definiram a velocidade e tempo do passeio. Próximo do final da manhã e já cansados, estávamos de regresso, mas, satisfeitos por termos cumprido o nosso propósito da caminhada. Ainda antes do almoço, houve oportunidade de realizar no exterior, já confortavelmente sentados, atividades terapêuticas que envolviam uma bola.

No período da tarde promovemos o Workshop subordinado ao tema “Alterações da posturas – como prevenir e como tratar”. A moderadora foi a terapeuta Liliane Martins, da clínica Clipetrus. O tema deste Workshop pretendia abordar e sensibilizar os participantes para as alterações da postura/dores na coluna. Utesntes e colaboradores da Misericórdia marcaram presença e manifestaram o seu agrado pela pertinência e atualidade do tema tratado.

Alice Oliveira



No arranque da caminhada

Receitas da Nossa Terra

Iniciamos no presente boletim uma recolha e divulgação de receitas dos nossos utentes, as “receitas da nossa terra”, com um propósito simples de retomarmos tradições gastronómicas, de experienciarmos as mesmas nas oficinas de culinária e, quem sabe, mais tarde as compilarmos num livro.

Rabanadas de Natal

Ingredientes:

- 1 ou mais cacetes;
- Água-morna e ovos inteiros batidos qb;
- Óleo qb;
- 500 gr de açúcar e Água q.b. para a calda.

Preparação:

Comece por cortar os cacetes às fatias, passando-as de seguida primeiro por água e depois por ovo. Enquanto reserva, aqueça o óleo numa fritadeira. Depois de quente, frite as fatias, tendo o cuidado de as ir virando com regularidade. Depois de fritas, escorra as fatias, muito bem escorridas e reserve.

Para fazer a calda ferva a água com o açúcar e, quando este estiver em pérola, está pronto.

Retome às fatias, polvilhe-as com canela e, por último, coloca-se o açúcar em pérola por cima das mesmas. Está pronto! Bom apetite.

Maria Elisa Simões (Utente ERPI) - Recolha por Alice Oliveira

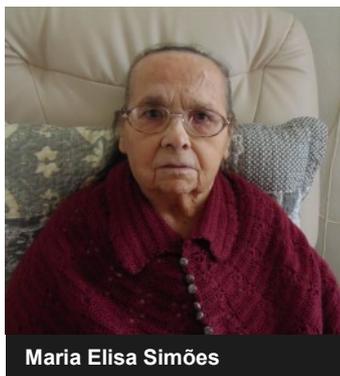
Ode à Misericórdia

Quando eu vim para este lar, tinha muita tristeza e muita emoção. Agora sinto-me feliz por todo o carinho que me dão. Do mais pequenino ao maior, não tenho palavras para descrever, só vou pedir a Deus que me deixe neste lar morrer.

Encontrei tudo de bom, até as pombinhas aos meus pés as migalhas do pão veem apanhar para comer.

Casa da Misericórdia do Santo António, Santo António meu protetor, Senhora da Misericórdia ao meu lado com o seu lindo manto azul, nesta linda cidade de São Pedro do Sul.

Maria da Saudade Torres (utente ERPI)



Maria Elisa Simões



Outono

A natureza despe a beleza,
As folhas caídas
Fazem as despedidas.
E de lágrimas no olho
Vão juntando-se ao restolho.

A árvore mãe
Açoitada pelo vento,
Sem um ai, sem um lamento
Dorme o seu sono de pé
E sem nunca perder a fé
Espera a próxima Primavera
P'ra voltar a ser como era.

O sol vai perdendo o calor,
Mas é bonito o Outono.
Traz inspiração ao pintor
Para alegrar um pouquinho.
Temos o verão de São Martinho,
E felizes os devotos de Baco
Deliciam-se com castanhas e vinho.

Mas a terra triste suspira
Porque na sua trajetória
Tudo nos dá e tudo nos tira.

Irene Rodrigues Silva (utente SAD)

Eu Sou

Eu sou como o passarinho
De inteligência reduzida
Sozinha no meu caminho
De que me serve esta vida?

São oitenta e outros mais
Que estou a festejar
Já chegam já são demais
Agora estou de saída
Talvez não fique esquecida.

Neste mundo de ilusão
Só deixo uma joia querida
Que me veio parar à mão
É a minha querida filha.

Foi o sol da minha vida

Estes foram todos meus
Fui aquilo que Deus quis
Tudo me correu bem
Ainda me sinto feliz.

Irene Rodrigues Silva
(utente do SAD)

Protocolos Comerciais



LAFOGÁS, LDA.
Soc. Comercial de Suc. de Laticínios, LDA



LafoDENTAL
Clínica Médica Lda.



ESCOLA DE NEGÓCIOS
DAS BEIRAS





Associe-se

A Misericórdia de São Pedro do Sul tem como missão primordial satisfazer as 14 Obras de Misericórdia, garantindo a prestação de um serviço de qualidade nas mais variadas valências onde atua, assim como a maior dedicação e zelo profissional de todos os seus colaboradores.

Rege-se por valores como a solidariedade, valores cristãos, humanização, profissionalismo, rigor, igualdade, justiça, responsabilidade social, confiança, honestidade, dignidade, individualidade e preservação ambiental.



Juntos, podemos chegar mais longe!

Os Irmãos da Misericórdia de Santo António, para além de fazerem parte de uma instituição de referência na região, usufruem de um conjunto diversificado de benefícios e regalias em empresas e organismos parceiros da Misericórdia. Torne-se irmão da Misericórdia e juntos seremos mais fortes na nossa ação social.

Informações:
R. da Misericórdia, n.º 6 | 3660-474 São Pedro do Sul
Tel: 232 720 460 | Fax: 232 720 465
geral@mspsul.com.pt | www.mspsul.com.pt

Feira Medieval

21 de outubro | 2016
Jardim da Misericórdia



△ Animação temática (grupo Uribal)
△ Mercado com artigos medievais construídos pelas crianças e produtos de outono

Apareça.

Toda a rezeira angariada reverte para a aquisição de material pedagógico.



Informações:
R. da Misericórdia, n.º 6 | 3660-474 São Pedro do Sul
Tel: 232 720 460 | Fax: 232 720 465 | geral@mspsul.com.pt | www.mspsul.com.pt

Tome Nota:

Apontam-se as seguintes datas/eventos que marcarão o próximo trimestre. Consulte a nossa agenda online para mais informações.

Dia Mundial da 3.ª Idade - 28 de outubro

Marcamos o Dia Mundial da 3.ª Idade com um programa partilhado entre crianças e idosos. Programa que compreende a realização de jogos tradicionais e psicomotores nas ERPI durante o período da manhã; e, espaço para a canção e dança pelas crianças do jardim e Tuna da Universidade Sénior, no período da tarde. Junte-se aos seus familiares. Faça a diferença e marque o dia com a sua presença e acompanhamento das atividades programadas.

Magusto no S. Martinho - 11 de novembro

Dia de celebração que marca o outono, o "Dia de S. Martinho" é o dia de excelência para a realização dos magustos tradicionais, para a degustação da castanha assada na caruma. A par desta tradição, promover-se-ão atividades de animação e serão realizados trabalhos alusivos à época. As Crianças e idosos participarão, assim, no magusto tradicional e os familiares estão desde já convidados.

Comemorações de Natal - 12 a 25 de dezembro

Natal é a festa da família, é o momento de viagens e reencontros, é momento de partilha. Neste espírito, será divulgado oportunamente um programa cultural cuja participação estará aberta aos familiares dos utentes. Poderão participar na vida quotidiana dos utentes residentes, apresentar alguma animação ou, simplesmente, estar presente, acompanhar. Colabore, estamos à sua espera.

Contacte-nos

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

Misericórdia de São Pedro do Sul

R. da Misericórdia, n.º 6
3660-474 S. Pedro do Sul

Tel.: 232 720 460

Fax.: 232 720 465

geral@mspsul.com.pt

Visite-nos na Web em
www.mspsul.com.pt

[www.facebook.com/
misericordia.santoantonio](https://www.facebook.com/misericordia.santoantonio)

Skype para contacto com
idosos residentes
(familiares): mspsul1