

# Caminho no Tempo



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

n.º 046 | março 2026



Consigração  
Fiscal IRS

NIPC: 501157506

Declare a sua  
solidariedade

## Nesta Edição

- Policlínica Nossa S.<sup>a</sup> do Amparo; As árvores e a natureza; Dia do Pai; Carnaval interinstitucional; Atividades de animação sénior; O amor na terceira idade; Aprovação do Relatório e Contas de Gerência 2025;...

Apoios:



## Ficha Técnica

Propriedade:

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

Periodicidade: Trimestral

N.º 046 - março 2026

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 Margarida Mendes  
Ana Oliveira  
Ana Patrícia Correia  
Ana Pinto  
Ana Rita Gomes  
Anabela Costa  
Cátia Henriques  
Cláudia Madaleno Tavares  
Daniela Lourenço  
Diana Amaral  
Diana Pinto  
Eufémia Fernandes  
Gilberto Carmo  
Inês Cruz  
Isabel Correia  
Joana Soares  
João Marques  
Maria Alice Oliveira  
Milene Fernandes  
Mónica Almeida  
Paula Paiva  
Regina Cruz  
Simão Santos  
Teresa Susana Campos  
Teresa Tojal  
Vanessa Oliveira



Ana Oliveira, Vogal da MA

## Nota de Abertura

Trazemos a público a primeira edição de 2026 do “Caminho no Tempo”, com a variedade e riqueza de iniciativas que caracterizam esta casa e dando especial enfoque às atividades de Carnaval e Inauguração da nova valência da Misericórdia, sem esquecer alguma informação técnica.

Relevância que se destaca logo nas notas das páginas iniciais, onde abordamos os serviços disponíveis na Policlínica Nossa Senhora do Amparo.

Não esquecemos os relatos de histórias e dinâmicas pedagógicas na área de infância, nomeadamente as notas sobre a Páscoa, enquanto celebração de amizade, a reflorestação, as atividades do “Dia do Pai”, incluindo o testemunho de um pai.

Nas páginas centrais abordamos o Carnaval, com referência a todo um conjunto de atividades que fizeram parte do programa geral da Instituição, nas várias valências.

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.

Por fim, deixamos a informação sobre a última Assembleia Geral, onde se aprovou o Relatório de Gestão e Contas de Gerência de 2025.

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

## Policlínica Nossa S.<sup>a</sup> do Amparo

### Um Novo Espaço, Mais Perto da Comunidade, Dedicado ao Cuidado e à Reabilitação

No dia 02 de fevereiro, a Santa Casa da Misericórdia de São Pedro do Sul inaugurou uma nova valência, a Policlínica Nossa Senhora do Amparo, reforçando a proximidade e a qualidade dos cuidados prestados à população. O nome dado à clínica é uma homenagem ao primeiro hospital concelhio, instalado no Largo da Negrosa e pertença desta instituição.

Segundo o Sr. Provedor José Fernandes, “o que nos motivou a levar para a frente a criação desta unidade, foi a vontade de colmatar uma necessidade há muito sentida pela população”.

Esta unidade de Medicina Física e Reabilitação, funciona no rés-do-chão das instalações do edifício do Jardim de Infância desta Misericórdia. A cerimónia contou com colaboradores e entidades locais, celebrando a abertura oficial deste novo espaço de saúde. Espaço que é um marco para a saúde local.



Atualmente, encontra-se em funcionamento a valência de Medicina Física e de Reabilitação, dinamizada por uma equipa de três fisiatras e dois fisioterapeutas, dedicada à promoção da funcionalidade, prevenção da incapacidade e melhoria da qualidade de vida.

### Consultas de Fisiatria

A Policlínica disponibiliza consultas com médico fisiatra, assegurando assim uma avaliação médica especializada, garantindo maior segurança, precisão e eficácia no processo de reabilitação.

## Fisioterapia: Uma Valência em Prol da População

De forma a dar resposta às mais variadas necessidades da população, temos disponível intervenção em várias áreas distintas de fisioterapia:

- Músculo-esquelética.
- Neurológica.
- Respiratória/ Cardiorrespiratória.
- Geriátrica.
- Pediátrica.
- Materno-Infantil.
- Oncológica.
- Desportiva.
- Dor orofacial.
- Disfunção temporomandibular.
- Reabilitação pós-cirúrgica.
- Massagem de drenagem linfática manual.
- Curso de massagem infantil.

Para além disso, teremos, ainda, fisioterapia para aconselhar e orientar em questões relacionadas com a saúde materno-infantil no pré e no pós-parto e ainda disponível o curso de massagem infantil para pais e bebés até 1 ano de idade.

Venha visitar-nos, conhecer as nossas instalações e experimentar os nossos serviços!

Com este novo espaço, a Santa Casa reforça a sua missão de cuidar, crescer e acompanhar cada utente em todas as etapas da vida, dispondo, atualmente, de convenções com o SAD da GNR e PSP e Medicare, perspetivando-se outros subsistemas/seguradoras para breve.

Ana Margarida Mendes e Regina Cruz





**Morada e Contactos:**

- Av. Dr. Sá Carneiro n.º 878, R/C  
3660-428 São Pedro do Sul  
(Traseiras do edifício do Jardim)
- Tel.: 232 720 462
- E-mail: [clinica@mmpsul.pt](mailto:clinica@mmpsul.pt)

**Convenções já disponíveis:**





## Nunca é Tarde Para Amar...

“Uma história que nasceu na 3ª idade...”

O amor não escolhe idades, não se prende ao tempo. O amor, simplesmente acontece.

E foi assim, que no Centro de Dia nasceu uma história bonita, cheia de significado entre duas pessoas. Entre risos, brincadeiras e convivência diária, descobriram que existia espaço no coração para gostarem um do outro.

Ao início existiam apenas olhares atentos, conversas e pequenas gentilezas. Com o passar do tempo, a amizade fortaleceu e deu lugar a um sentimento maior: o amor vivido na base do respeito e da ternura.

Nestas idades, o amor ganha outros contornos, passa a ser construído na base do companheirismo e no apoio mútuo. O presente é vivido com leveza e alegria. Esta relação nascida no Centro de Dia trouxe benefícios visíveis para ambos. O sorriso é mais frequente, a alegria aumentou e a rotina ganha outro sentido. “Ser velho” não apaga sentimentos, desejos ou sonhos, pelo contrário, a maturidade traz a sabedoria de valorizar o que realmente importa. O amor...

Como responsável desta resposta social, orgulho-me de sermos “uma casa” onde os vínculos são criados, histórias são respeitadas e o amor é acolhido sem preconceitos entre duas pessoas ditas “velhas”. Nunca é tarde para recomeçar, para sorrir, ser feliz e amar.

Esta é a história de amor do Sr. Aristides e da D. Lurdes.

Cláudia Tavares





## Entrada no Jardim de Infância

Ao criar hábitos e rotinas diárias no jardim de infância, estamos a contribuir para um melhor desenvolvimento da criança.

A pontualidade ajuda as crianças a começarem o dia sem stress, acompanhando a rotina e integrando-se, desde o início, nas atividades, participando nos projetos pedagógicos, na criação de rotinas saudáveis e até nas suas próprias brincadeiras, tornando-se mais sociáveis.

Convidamos, portanto, todos os pais e encarregados de educação a que cumpram o horário de entrada (até às 9h30), pois não é apenas uma questão de disciplina. E, também, um gesto de amor, respeito e cuidado para com o desenvolvimento das nossas crianças.

Daniela Lourenço

(<sup>1</sup>Fonte da imagem: [www.freepik.com](http://www.freepik.com))



## A Páscoa como Celebração da Vida e da Amizade

Nas creches e jardins de infância, esta época é uma oportunidade privilegiada para trabalhar o desenvolvimento sensorial, a empatia e os laços comunitários.

A Páscoa, independentemente de crenças, marca um momento de transição na natureza e no ciclo escolar. É o tempo em que o inverno dá lugar à primavera e, no contexto educativo dos 0 aos 5 anos, esta "renovação" é o mote perfeito para atividades que estimulam o crescimento emocional e cognitivo.

Para os bebés, o conceito de "época festiva" não é abstrato. É físico. Nas salas de creche, o foco é a estimulação sensorial. A Páscoa traduz-se, assim, em novas texturas, onde as experiências são fundamentais para o desenvolvimento motor e cognitivo, permitindo que os mais pequenos comecem a associar esta fase do ano a sensações de conforto e descoberta.

À medida que as crianças ganham consciência do outro, a tónica das atividades pedagógicas desloca-se para a socialização e a generosidade. Nestas instituições, a Páscoa é trabalhada através de três eixos fundamentais:

- A Paciência de Cuidar: Plantar sementes e acompanhar o seu crescimento ensina às crianças o valor do tempo e do cuidado com o meio ambiente.
- A Alegria de Oferecer: O foco sai do "receber brindes" e passa para o "fazer para o outro". Ao criarem pequenos trabalhos manuais ou cozinharem receitas simples, as crianças experimentam a satisfação de presentear a família ou os amigos.
- Símbolos de Renovação: O ovo e os animais da quinta são explorados como símbolos do ciclo da vida e do nascimento, promovendo o respeito por todos os seres vivos.

O modelo educativo destas instituições valoriza a criança como um ser capaz de transformar o seu meio, através de pequenos gestos. A Páscoa serve, assim, de ponte: o que é construído na sala de aula — seja um desenho, um fomento à entejuda ou uma canção sobre a primavera — é levado para casa, reforçando a importância dos afetos no dia a dia.

Celebrar esta quadra com os mais novos é, essencialmente, educar para a atenção. É parar para observar uma flor que desabrocha e ensinar que a amizade e o carinho são os ingredientes que fazem a vida renovar-se, todos os dias, em cada sorriso partilhado.

### Sugestão para as Famílias:

Caminhada de Primavera: Aproveite os dias mais longos para um passeio em família. Desafie o seu filho a encontrar três sinais de que a natureza está a mudar (uma flor nova, um pássaro a fazer um ninho, uma folha verde). Este exercício de observação é um dos maiores presentes que podemos dar ao desenvolvimento da curiosidade infantil.

Mónica Almeida



## Mimos da Páscoa

A sala de 5 anos do Jardim de Infância da Misericórdia de São Pedro do Sul, tem como seu patrocinador a Casa do Aido. Um parceiro que, desde o primeiro dia de abordagem, se dispôs a colaborar com a nossa Instituição.

Uma casa que escreve uma história de paixão, dedicação e evolução progressiva no setor agroalimentar, há mais de 65 anos, marcando a sua posição no mercado nacional e internacional, com produtos de alto valor nutricional.



Desde 2024, os ovos ganharam um nome carinhoso, “Mimos do Quintal” e a caixinha onde são transportados, ganharam uma nova imagem visual, mas mantendo sempre o mesmo compromisso da sustentabilidade.



Foram essas caixinhas que, este ano, todo o jardim de infância e creche da Misericórdia de São Pedro do Sul, usaram como base para a realização dos cestos elaborados pelas nossas crianças e onde transportaram os “Mimos da Páscoa”.



Cada sala, cada criança, lhe atribuíram uma nova vida...

O nosso bem-haja à Casa do Aido, pela disponibilidade imediata na doação das caixas de ovos.

Susana Campos



## As Árvores e a Natureza

### Reflorestar para o Futuro

No passado dia 25 de março, durante a tarde, as três salas do Pré-escolar da Misericórdia de São Pedro do Sul assinalaram o “Dia Mundial da Árvore” com uma significativa ação de reflorestação, realizada na Senhora da Guia, em Baiões. Esta iniciativa, promovida com o apoio da Junta de Freguesia respetiva e da Câmara Municipal de São Pedro do Sul, constituiu um momento de grande valor educativo, ambiental e social.

A atividade enquadra-se, de forma muito especial, no tema do Projeto Educativo da Instituição, “Sementes do Futuro”, reforçando a missão de educar crianças conscientes, responsáveis e preparadas para cuidar do mundo que as rodeia. Ao longo desta experiência, os mais pequenos puderam vivenciar, na prática, os valores que orientam o projeto, percebendo que, cada gesto de cuidado com a natureza, representa uma semente lançada para um amanhã melhor.

As crianças participaram com enorme entusiasmo na plantação de diversas árvores e compreenderam, de forma prática, a importância que estas assumem na preservação do equilíbrio ambiental. Mais do que plantar árvores, esta atividade permitiu semear valores essenciais, como o respeito pela natureza, a responsabilidade ambiental e a consciência de que cada pequeno gesto pode contribuir para um planeta mais saudável e sustentável.

Num tempo em que a proteção das florestas e a recuperação das áreas afetadas pelos incêndios assumem uma relevância cada vez maior, ações como esta tornam-se verdadeiramente fundamentais. Sensibilizar as crianças, desde a primeira infância, para a importância da reflorestação, é investir na formação de cidadãos mais conscientes, responsáveis e comprometidos com o futuro do meio ambiente.

A tarde foi, ainda, enriquecida pela presença dos Bombeiros e da Proteção Civil, cujo contributo foi de enorme importância. Para além de darem a conhecer às crianças o seu papel na proteção da floresta e na prevenção dos incêndios, proporcionaram momentos únicos de descoberta, permitindo-lhes explorar o carro de intervenção e contactar de perto com os meios utilizados no terreno.

Após a plantação, seguiu-se um agradável lanche ao ar livre, acompanhado de momentos de diversão, corrida, partilha e convívio em plena natureza, tornando a experiência ainda mais especial e enriquecedora.





A Misericórdia de São Pedro do Sul agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que promoveram, apoiaram e colaboraram nesta iniciativa: à Junta de Freguesia, à Câmara Municipal, aos Bombeiros, aos Sapadores Florestais e a todos os profissionais envolvidos, pelo empenho, dedicação e exemplo dado às nossas crianças.

Graças a este esforço conjunto, foi possível proporcionar uma tarde inesquecível, repleta de aprendizagens significativas e de verdadeiro amor pela natureza. Mais do que celebrar o “Dia da Árvore”, esta foi uma oportunidade de plantar consciência, esperança e futuro, em plena sintonia com o Projeto Educativo “Sementes do Futuro”.

Ana Patrícia Correia

## Dia da Primavera na Creche

Com a chegada da Primavera, a nossa valência da Creche encheu-se de cor, alegria e muita curiosidade.

Esta estação do ano traz dias mais longos, flores a desabrochar e uma energia renovada que contagia tanto os adultos como as crianças. Para celebrar o “Dia da Árvore” e dar as boas-vindas à Primavera, realizámos uma atividade muito especial: as crianças dos dois anos fizeram plantações de pequenas árvores de fruto e as crianças de um ano plantaram flores nos canteiros da instituição.

As crianças participaram com grande entusiasmo, explorando a terra, observando as raízes e aprendendo, de forma simples e divertida, a importância das plantas para o nosso planeta. Ao longo da atividade, incentivámos valores como o respeito pela natureza, o cuidado com o meio ambiente e a responsabilidade. Cada criança teve a oportunidade de colocar as mãos na terra, regar as plantas e perceber que, com carinho e atenção, tudo pode crescer forte e saudável, tal como elas.

Isabel Correia



## Dia Mundial da Árvore na Área Sénior

No dia 20 de abril, os utentes da ERPI - Casa da Quinta e do Centro de Dia reuniram-se para assinalar, de forma especial, o “Dia Mundial da Árvore”. A atividade, dinamizada pela equipa de Animação Sociocultural, transformou-se num verdadeiro momento de convívio, partilha e ligação à natureza.

Com música ambiente, alegria e muita animação, os participantes dedicaram-se à plantação de flores, contribuindo para embelezar os espaços exteriores da instituição. Entre sorrisos e boa disposição, todos colocaram “as mãos na terra”, revivendo memórias e fortalecendo o espírito de comunidade.

A atividade teve como objetivo promover o contacto com a natureza, estimular as capacidades sensoriais e motoras dos utentes e reforçar a importância da preservação do ambiente. Para muitos, foi também um momento de recordar tradições agrícolas e experiências de vida ligadas ao campo.

As flores, agora plantadas, serão o reflexo da dedicação e do carinho de todos os envolvidos.

Diana Amaral

## Dia do Pai

O “Dia do Pai” é uma data muito especial que celebramos com muito carinho no nosso Jardim de Infância. É um momento dedicado a quem cuida de nós, nos protege e nos faz sentir amados todos os dias. Mesmo os mais pequeninos, com menos de um ano, participaram nesta celebração de forma muito especial. Os bebés criaram uma lembrança única e cheia de significado: os seus pezinhos foram pintados e carimbados num bonito postal.

A acompanhar este gesto tão ternurento, foi escrita uma mensagem simples, mas cheia de amor:

“Sinto-me bem ao pé de Ti”

Cada marca de pezinho representa, não só o crescimento dos nossos bebés, mas, também, o carinho puro que, mesmo sem palavras, já conseguem transmitir. Estas pequenas obras de arte são recordações preciosas que, certamente, irão aquecer o coração dos pais.

No nosso Jardim de infância, acreditamos que são estes pequenos gestos que criam grandes memórias. Um toque de tinta, um pezinho e muito amor transformam-se numa homenagem inesquecível.

Paula Paiva

(Fonte do grafismo: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com))



## O Amor de Pai Não Conhece Distâncias

Ser pai é, para mim, a maior responsabilidade e, também, o maior privilégio da vida. É aprender todos os dias; é crescer ao lado das minhas filhas e perceber que são elas que me ensinam tanto quanto eu tento ensinar-lhes.

A Aurora trouxe-me uma nova forma de ver o mundo, mais leve, mais curiosa e cheia de pequenos momentos, que fazem tudo valer a pena. A Elisa veio reforçar esse amor e mostrar que o coração de um pai cresce sempre mais do que aquilo que imaginava ser possível (e que não há duas filhas iguais).

A minha profissão, muitas vezes marcada pela distância, traz desafios acrescidos a este papel. Há momentos importantes que gostaria de viver mais de perto, dias em que a saudade pesa mais. Mas é, também, essa distância que me lembra, todos os dias, da importância de cada abraço, de cada regresso a casa e de cada instante partilhado.

Ser pai é estar presente (mesmo quando nem sempre se pode estar fisicamente), nos dias bons e nos mais difíceis, nas conquistas e nas lágrimas, tentando sempre ser um exemplo de carinho, respeito e dedicação.

Neste “Dia do Pai”, celebro não só o orgulho imenso que sinto nas minhas filhas mas, também, a oportunidade de as acompanhar no seu crescimento, ainda que, por vezes, à distância e de nunca deixar que lhes falte o essencial: amor, apoio e presença.

Se há algo que quero que elas levem da vida, é que, aconteça o que acontecer, o pai estará sempre aqui.

Com carinho, um pai muito orgulhoso.

Simão Santos (pai da Aurora, sala dos 4 anos e da Elisa, sala dos 3 anos)

(<sup>2</sup>Fonte da imagem: [www.freepik.com](http://www.freepik.com))

# Carnaval 2026

## Carnaval Interinstitucional

A convite da Associação de Solidariedade Social de Santa Cruz da Trapa, os utentes de Centro de Dia participaram no 5º Desfile de Carnaval Interinstitucional.

A atividade aconteceu no dia 20 de fevereiro, no pavilhão desportivo de Santa Cruz da Trapa e contou com a participação de outras instituições do concelho. Os nossos utentes vestiram-se a rigor: de vendedores de pipocas, oferecendo pipocas também aos presentes. Foi uma tarde animada, onde a alegria de todos foi evidente.

Ao som da música, fomos desfilando e animando o público presente. No fim houve um lanche partilhado.



## Desfile de Carnaval Une Gerações

No passado dia 20 de fevereiro, a nossa casa celebrou o Carnaval com um animado desfile que encheu as ruas de São Pedro do Sul de cor, criatividade, música e muita boa disposição, envolvendo crianças, idosos, familiares e colaboradores.

O desfile foi organizado de forma colaborativa pelo nosso Jardim de Infância, ERPI's, Centro de Dia, pelo Agrupamento de Escolas de São Pedro do Sul e MUT, tendo sido marcado pela diversidade e criatividade dos disfarces, preparados com dedicação e entusiasmo por todos os participantes. Entre personagens divertidas, máscaras coloridas e trajes originais, não faltaram momentos de alegria e partilha que contagiaram todos os presentes.

Um dos aspetos mais especiais desta atividade foi o encontro entre gerações, promovendo a interação entre os mais velhos e os mais novos. As crianças trouxeram energia e vivacidade, enquanto os utentes mais velhos partilharam sorrisos e um espírito festivo, que tornou o momento ainda mais significativo e acolhedor.

Esta iniciativa teve como objetivo promover o convívio, a expressão criativa e o fortalecimento dos laços entre as escolas e a comunidade, pelo que reforça a importância de atividades intergeracionais, que contribuem para o bem-estar emocional e social de todos os envolvidos. Para além da diversão, o evento destacou a importância de preservar tradições culturais.

O sucesso do desfile de Carnaval é reflexo do empenho e colaboração de todos os participantes e parceiros, deixando memórias felizes e a certeza de que momentos como este fazem a diferença no dia a dia dos nossos utentes.

## Concurso e Baile de Máscaras Animam Carnaval no Lar

O espírito carnavalesco invadiu o nosso lar com a realização de um animado concurso e baile de máscaras, proporcionando momentos de grande alegria, criatividade e convívio entre utentes das ERPI's, Centro de Dia e colaboradores.

A preparação para o evento contou com o envolvimento entusiástico de todos, desde a escolha dos disfarces, até à criação de máscaras originais e coloridas. No dia do baile, o ambiente encheu-se de música, proporcionada pelo nosso colaborador João Paulo e, entre risos e muita animação, os participantes desfilaram os seus trajes cheios de imaginação.

O concurso de máscaras foi um dos pontos altos da celebração, destacando a criatividade e o empenho de cada participante. Um júri teve a difícil tarefa de avaliar as várias propostas, tendo em conta critérios como originalidade, criatividade e



apresentação. No final, foram atribuídos prémios simbólicos, celebrando o talento e a dedicação de todos.

O baile trouxe ainda mais energia à festa, com momentos de dança, interação e partilha, que contagiaram todo o Lar. Entre músicas animadas e boa disposição, viveram-se instantes únicos que reforçaram o espírito de comunidade.

Mais do que uma celebração festiva, esta iniciativa teve como objetivo promover o bem-estar, a participação ativa e o fortalecimento de laços entre todos. O sucesso do evento ficou marcado nos sorrisos e na alegria partilhada, tornando este Carnaval mais uma memória especial no nosso Lar.

## Carnaval Criativo – *atelier* de “máscaras”

No espírito festivo do Carnaval, o nosso Lar de Grandes Dependentes, dinamizou um animado *atelier* criativo, que trouxe ainda mais cor e alegria aos espaços interiores. A atividade consistiu na construção de “caras de Carnaval” através de recortes de revistas, desafiando os utentes a dar asas à imaginação.

Munidos de tesouras, cola e uma grande variedade de imagens, os participantes criaram rostos originais e divertidos, combinando diferentes elementos como olhos, bocas, cabelos e acessórios. O resultado foram composições únicas, cheias de humor e expressividade, que rapidamente arrancaram gargalhadas e momentos de boa disposição.

Para além do carácter lúdico, o *atelier* teve como objetivo estimular a criatividade, a motricidade fina e a interação social entre os utentes. A atividade contou, também, com o apoio da equipa técnica, que acompanhou cada etapa do processo, incentivando a participação de todos.

As criações foram, posteriormente, expostas nos espaços comuns do Lar, contribuindo para uma decoração carnavalesca vibrante e acolhedora. Corredores e salas ganharam novas “caras”, refletindo o entusiasmo e o envolvimento de quem participou.

Este *atelier* revelou-se mais um momento de partilha e bem-estar, reforçando a importância de celebrar datas festivas com atividades significativas e inclusivas. Afinal, no nosso Lar, o Carnaval vive-se com criatividade, alegria e muito espírito de comunidade.

Ana Rita Gomes, Cláudia Tavares, Diana Amaral e Joana Soares





## Atividades de Animação Sênior

No decurso do primeiro trimestre de 2026, foi promovido um conjunto de atividades socioculturais, dentro e fora de portas, das quais não podíamos deixar de recordar alguns momentos.

### Encontro de Janeiras Interinstitucional

No dia 14 de janeiro, os utentes do Centro de Dia participaram no VII Encontro de Janeiras, atividade interinstitucional promovida pelo Centro de Promoção Social de Carvalhais.

Para além da participação dos nossos utentes, com a sua música, estes assistiram também às atuações da Universidade Sênior de São Pedro do Sul, do Rancho Folclórico de Carvalhais e da Creche daquela instituição.

Foi uma tarde maravilhosa, onde se reviveu memórias e tradições. Reforçaram-se os laços existentes entre instituições do concelho. Que este espírito prevaleça nos corações de todos em 2026.



### Dia do Amigo Secreto

No dia 13 de fevereiro, a nossa Instituição celebrou o “Dia do Amigo Secreto”, uma atividade especial que envolveu colaboradores e utentes num ambiente de carinho, inclusão e muita cumplicidade.

A iniciativa teve como principal objetivo reforçar os laços afetivos, promover o sorriso e fazer com que cada idoso se sentisse importante, amado e acarinhado.

Durante a preparação da atividade, os colaboradores retiraram, discretamente, um papelinho com o nome de um utente, tornando-se assim o seu “amigo secreto”. De forma cuidadosa e muito dedicada, pensaram num gesto carinhoso ou numa oferta simbólica, que pudesse alegrar o dia do idoso escolhido.

O momento da entrega dos mimos foi vivido com grande emoção. Houve sorrisos, abraços, surpresa e, acima de tudo, um forte sentido de união. Para muitos utentes, esta simples demonstração de atenção representou muito: fez lembrar afetos, histórias e laços que continuam vivos no quotidiano da instituição.

O “Dia do Amigo Secreto” reforçou a importância de pequenos gestos. Gestos que aquecem o coração e mostram, mais uma vez, que o verdadeiro valor das nossas ações está no carinho que colocamos em cada detalhe.



### Criatividade e Emoção no Dia de S. Valentim

No âmbito das comemorações do “Dia de São Valentim”, o nosso Lar de Grandes Dependentes promoveu um conjunto de *ateliers* temáticos que encheram os dias de afeto, criatividade e partilha.

Uma das atividades em destaque foi o *atelier* de criação de cartas de amor. Os residentes foram convidados a recordar histórias e sentimentos especiais, dando forma a palavras carregadas de emoção. Entre sorrisos e alguma nostalgia, surgiram cartas com frases emblemáticas, dedicadas a antigos companheiros de vida, familiares e até a amigas construídas ao longo dos anos. Para muitos, foi uma oportunidade única de reviver memórias e expressar sentimentos nem sempre verbalizados. Estas cartas decoraram os espaços internos do nosso Lar, carregadas de cor e emoção.

Paralelamente, decorreu um *atelier* de costura, onde os utentes criaram pequenos corações em tecido reciclado. Deram nova vida a materiais, transformando-os em símbolos de carinho e dedicação.

Decorreu, ainda, um *atelier* de recorte de corações em papel colorido que foram, depois, utilizados também para decorar os espaços comuns do Lar, tornando o ambiente ainda mais acolhedor e festivo.



Estas iniciativas tiveram como principal objetivo promover o bem-estar emocional, estimular a criatividade e reforçar os laços entre os residentes. O envolvimento e entusiasmo de todos demonstraram, uma vez mais, a importância de celebrar o amor em todas as suas formas (seja através de palavras sentidas ou gestos).

O sucesso destes *ateliers* reforça o nosso compromisso em proporcionar atividades significativas, que valorizem as histórias de vida e incentivem momentos de alegria e partilha.

## Dia do Pai – Tarde de Casino

O “Dia do Pai” foi celebrado de uma forma muito especial na nossa Instituição. Para assinalar esta data tão significativa, preparámos uma tarde de casino, exclusivamente dedicada aos pais das nossas valências.

O espaço foi cuidadosamente organizado para recriar um ambiente descontraído e divertido, onde não faltaram as clássicas cartadas, partidas de dominó e muita boa disposição.

Entre jogadas estratégicas, risadas e conversas animadas, os nossos senhores viveram uma tarde diferente, pensada especialmente para os homenagear.

Para completar o momento festivo, foram servidos sumos frescos e alguns salgadinhos, criando um ambiente acolhedor e de convívio, onde todos puderam saborear não só os petiscos, mas, também, da companhia uns dos outros.

Esta iniciativa permitiu valorizar e celebrar os pais da nossa comunidade sénior.

## Dia Mundial da Água

No âmbito das comemorações do “Dia Mundial da Água” e a convite da Termalístur, a nossa Instituição participou numa iniciativa dedicada à sensibilização para a preservação deste recurso essencial.

Além da elaboração de um trabalho criativo alusivo ao tema da “Água”, desenvolvido pelos utentes das ERPI’S – Lar de Idosos e Lar de Grandes Dependentes, os participantes tiveram, ainda, oportunidade de visitar a exposição no dia 23 de março. Este momento permitiu, não só apreciar as obras produzidas por diversas entidades locais, como, também, desfrutar de um ambiente acolhedor e enriquecedor.

Durante a visita, foi igualmente proporcionada aos utentes das várias valências de ERPI’S e Centro de Dia, a possibilidade de receberem uma massagem às mãos. Esta pequena experiência de bem-estar foi muito apreciada, contribuindo para um momento relaxante e diferenciador.

A participação nesta atividade valorizou o envolvimento dos utentes em iniciativas comunitárias, a expressão criativa e artística, a consciencialização para a importância da água e o intercâmbio entre instituições e parceiros locais.

Agradecemos à Termalístur pelo convite e pela oportunidade de proporcionar aos nossos utentes uma experiência tão significativa e completa.

## Dia da Mulher

Para assinalar o “Dia Internacional da Mulher”, a nossa Instituição promoveu, no dia 09 de março, uma tarde memorável dedicada à celebração, alegria e valorização das mulheres que fazem parte das nossas várias valências: ERPI’S e Centro de Dia.

A tarde foi marcada por uma animada sessão de Discoteca, que rapidamente encheu o espaço de música, risadas e movimento.

Utentes juntaram-se numa celebração descontraída, onde a boa disposição foi a protagonista. Entre danças, passos improvisados e canções que despertaram memórias, todos aproveitaram o momento para celebrar a força, a beleza e a importância da mulher em todas as fases da vida.

Para tornar a comemoração ainda mais especial, foi servido um lanche simbólico, preparado com carinho, que proporcionou um momento de partilha e convívio entre todos os presentes.





Esta iniciativa teve como objetivos valorizar as mulheres da nossa comunidade, proporcionar momentos de alegria, inclusão e bem-estar, promover o convívio intervalências e estimular a participação ativa dos utentes em atividades sociais e festivas.

O “Dia da Mulher” foi, assim, vivido de forma plena, com muitos sorrisos, música e um ambiente verdadeiramente celebrativo.

## Ida ao Cinema

No dia 13 de março, um grupo de utentes do Centro de Dia e ERPI foram ao cinema do Palácio do Gelo - Viseu, ver o filme “Pátio da Saudade”. Filme que é uma comédia dramática que explora a amizade, a resiliência e a capacidade de ter um sonho e não desistir de o concretizar.

No fim, fizemos um almoço convívio no Palácio do Gelo. Foi um dia passado com muita alegria e boa disposição.



## Participação nas IDOLÍADAS

Já no dia 18 de março, um grupo de utentes também do Centro de Dia e ERPI rumaram até Águeda, para participar num dos maiores concursos artísticos sénior do país, organizado pelo Município de Ílhavo, em parceria com o Município de Águeda. Este evento juntou mais de 500 participantes, entre seniores e técnicos de nove municípios.

Participamos, em conjunto com as outras IPSS do concelho, em representação do nosso Município, nas categorias de cultura geral e gastronomia.

Vivemos, sem dúvida, uma das melhores experiências de sempre. Estamos gratos pelo convite!

## Caminhadas Matinais

Com a chegada do bom tempo, os nossos utentes voltaram a desfrutar das tão aguardadas caminhadas matinais e das sessões de estimulação à marcha, momentos sempre cheios de energia, boa disposição e contacto com a natureza.

O nosso belo jardim foi, novamente, o cenário destas atividades. Entre cantorias, risadas e muita animação, percorremos diferentes zonas do espaço exterior, explorando cantinhos especiais e apreciando os encantos que a primavera começa a trazer.

Durante as caminhadas, não podiam faltar as visitas aos nossos queridos periquitos, que fazem sempre as delícias dos utentes. A curiosidade, os sorrisos e as paragens para observar as aves tornaram estes passeios ainda mais agradáveis e significativos.

Estas atividades permitem incentivar a mobilidade e o exercício físico, estimular a autonomia e a confiança na marcha, promover o bem-estar emocional e social, oferecer momentos de descontração em contacto com a natureza.

As caminhadas matinais são, sem dúvida, uma das atividades favoritas dos nossos utentes e continuarão a fazer parte da nossa rotina, sempre que o tempo o permitir!



## Encontros Intergeracionais

Ao longo deste trimestre, a nossa Instituição teve o privilégio de receber vários grupos de alunos da Escola Secundária, num conjunto de encontros intergeracionais, que trouxeram dinamismo, afeto e muitas aprendizagens.

Estes encontros tiveram como principal objetivo aproximar gerações, fomentar o diálogo e criar momentos de partilha que enriquecem tanto os jovens como os nossos utentes. Através de conversas, jogos, dinâmicas e pequenas atividades, foram criadas pontes de entendimento e valorização entre diferentes idades, vivências e perspetivas de vida.

Os encontros intergeracionais permitiram: estimular a comunicação e a memória dos utentes; criar espaços de escuta ativa e troca de histórias de vida; incentivar os jovens a reconhecer e valorizar a experiência da população sénior;



desenvolver empatia, respeito e responsabilidade social nos alunos; e promover momentos de alegria, envolvimento e interação positiva.

Esta iniciativa mostrou, uma vez mais, que, quando as gerações se encontram, todos aprendem, todos crescem e todos ganham. Os sorrisos, as conversas espontâneas e o carinho vivido ao longo destes encontros provaram que a ligação entre jovens e idosos é especial, necessária e profundamente enriquecedora.

A Instituição agradece à Escola Secundária e aos seus alunos, como também ao professor Paulo Aparício, da disciplina Religião Moral, pela disponibilidade, entusiasmo e parceria contínua.

## Tradidanças - Projeto Retrançar

A participação da nossa instituição no Projeto Retrançar, promovido pela organização do Festival Tradidanças, continua a ser uma tradição marcada pelo entusiasmo, criatividade e espírito de colaboração.

A elaboração da decoração para o Tradidanças faz já parte das atividades anuais, sendo um convite que recebemos sempre com grande carinho. Em conjunto com outras instituições do concelho, os nossos utentes dedicam-se à criação de peças artísticas únicas, que refletem imaginação, trabalho em equipa e o gosto pela expressão artística.

No dia 24 de fevereiro, recebemos as instituições participantes no nosso Lar com todo o gosto e entusiasmo. Já há um ano que os *ateliers* passaram a ser itinerantes, promovendo a partilha de espaços, rotatividade, dedicação e empenho, transformando ideias em verdadeiras obras de arte.

Por sua vez, no dia 24 de março, fomos muito bem recebidos, pela ARCA, em Santa Cruz da Trapa, onde os utentes das várias instituições participantes colaboraram na criação de peças de arte, para enfeitarmos os espaços do Tradidanças em agosto.

Este ano, a decoração volta a empregar de originalidade e dinamismo. Reforçamos, também, o nosso compromisso com a reutilização de materiais recicláveis na elaboração das nossas peças.

A participação neste projeto reforça a importância da ligação à comunidade, promovendo o envolvimento ativo dos nossos utentes em iniciativas culturais de grande relevância. Mais do que decorar um espaço, este é um trabalho que valoriza competências, estimula a criatividade e fortalece o sentimento de pertença.

A nossa instituição orgulha-se de fazer parte deste projeto, contribuindo para um festival que celebra a arte, a tradição e a união entre todos.

## Celebração da Missa dos Ramos

No dia 26 de março, os utentes da nossa Instituição viveram um dia repleto de tradição, espiritualidade e partilha comunitária. A tarde foi dedicada à realização da Missa dos Ramos, momento simbólico que assinala o início da Semana Santa, quadra com bastante significado para os nossos seniores.

Para que tudo estivesse preparado, de acordo com o esperado para a quadra, durante a manhã realizou-se um *atelier* de construção dos ramos, onde os utentes participaram na conjugação dos verdes e outros elementos típicos desta época. Entre conversas, memórias e dedicação, cada ramo ganhou forma e identidade própria.

O ambiente do *atelier* foi enriquecido pelo som de música tradicional portuguesa, que ajudou a recriar o espírito festivo e religioso deste período tão especial. A música despertou lembranças e ajudou a proporcionar um clima alegre e envolvente.

A celebração da Missa dos Ramos, já durante a tarde, reuniu todos num momento de fé, serenidade e reflexão. Os ramos preparados pelos próprios utentes foram abençoados, tornando esta atividade ainda mais significativa e participativa preservando tradições religiosas e culturais.





## Atelier de Pasta de Papel e Papel Marmoreado, em Parceria com a ASSOL

No âmbito das celebrações da Páscoa, alguns utentes das nossas ERPI's participaram de num *atelier* criativo muito especial, em parceria com a ASSOL, proporcionando momentos de aprendizagem, partilha e muita criatividade.

A atividade centrou-se na exploração de técnicas artísticas, como a pasta de papel e papel marmoreado, desafiando os utentes a criar peças inspiradas na temática pascal. Entre formas, cores e texturas, foram surgindo trabalhos originais que refletem o empenho e a imaginação de todos os participantes.

O *atelier* decorreu num ambiente de grande colaboração e boa disposição, onde a troca de experiências e saberes foi uma constante. A ASSOL trouxe novas dinâmicas à atividade, enriquecendo o momento com diferentes abordagens e promovendo a inclusão e o convívio entre todos.

As peças desenvolvidas, marcadas por tons suaves e elementos típicos da época, contribuíram para uma tarde muito especial, alinhados com o espírito da Páscoa.

Esta iniciativa reforça a importância das parcerias e do desenvolvimento de atividades que estimulam a criatividade, a motricidade e o bem-estar emocional dos utentes. Mais do que um *atelier*, foi um momento de união, expressão artística e celebração de uma época tão significativa.

O sucesso da atividade deixa o desejo de continuidade, com novas colaborações e projetos que continuem a enriquecer o dia a dia no nosso lar.

Cláudia Tavares, Diana Amaral e Joana Soares



## Cuidar com Presença, Partilhar Afeto

A celebração da Páscoa é, por tradição, um momento de renovação, partilha e esperança. No contexto do SAD - Serviço de Apoio Domiciliário da Santa Casa da Misericórdia, esta época assume um significado ainda mais profundo, refletindo-se no cuidado atento e na proximidade humana que, diariamente, procuramos oferecer aos nossos utentes.

Para muitos daqueles que acompanhamos, esta quadra festiva é vivida de forma silenciosa e, por vezes, solitária. Em alguns casos, o contacto com a nossa equipa representa a única relação interpessoal significativa durante estes dias. É, por isso, com um sentido acrescido de responsabilidade e sensibilidade que reforçamos a nossa presença, procurando levar, não só os cuidados essenciais, mas, também, palavras de conforto, escuta ativa e um sorriso sincero.

Em 2026, quisemos tornar esta celebração ainda mais especial. Todos os utentes do SAD foram lembrados com um pequeno gesto simbólico: a oferta de ovinhos de chocolate. Mais do que um presente, este gesto pretendeu transmitir carinho, atenção e a certeza de que ninguém é esquecido.

Como um dos momentos marcantes desta iniciativa, temos o testemunho de um utente que, ao receber os seus ovinhos de chocolate, partilhou que os iria guardar cuidadosamente para, numa próxima visita ao Lar onde se encontra a sua esposa, os levar consigo para a alegrar. Este gesto simples, mas profundamente significativo, relembra-nos da importância dos afetos e da forma como pequenas ações podem fortalecer laços e levar conforto a quem mais amamos.

Acreditamos que são estas pequenas ações que fazem a diferença, que aquecem o coração e que dão verdadeiro sentido à nossa missão. A Páscoa, no SAD, é vivida na proximidade, na empatia e no compromisso de cuidar.

Porque cuidar é, acima de tudo, estar presente.

Milene Fernandes



## Aprovação do Relatório e Contas de Gerência de 2025

Decorreu, no passado dia 29 de março, mais uma Assembleia Geral Ordinária dos Irmãos desta Misericórdia, a fim de dar cumprimento ao disposto na alínea b) do n.º 2 do artigo 22.º dos Estatutos, nomeadamente para a apreciação e votação do Relatório e Contas de Gerência do Exercício de 2025 e do respetivo parecer do Conselho Fiscal.

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, também, o registo no relatório das atividades de sustentabilidade e responsabilidade social, de entre as quais se pormenoriza as seguintes iniciativas: em termos de apoio e relação com a comunidade local, a colaboração com a campanha "Energia Solidária - 2025" da Galp (distribuição gratuita de garrafas de gás) e da Campanha local "Um acesso para o Martim", de angariação de fundos para a construção de uma rampa de acesso à habitação de uma criança do concelho com Doença de Niemann Pick; no campo da educação e cultura, a publicação trimestral da revista "Caminho no Tempo" e as atividades culturais promovidas ao longo do ano, de entre as quais as associadas à comemoração dos 150 anos da Instituição; e, por fim, em termos de respeito pelo meio ambiente, a parceria com a rede "Zero Desperdício" e os resultados anuais de produção da UPAC.

Em termos dos indicadores económicos, assinalou-se a recuperação generalizada dos resultados das valências sociais (com exceção do Pré-escolar) e que resultam num total de rendimentos de 5.333.588,82€ (acréscimo de 16,95%), superior ao total de gastos, que se cifrou em 5.061.693,55€ (acréscimo de 6,00%). Destacam-se, assim, os seguintes indicadores de atividade:

- Cash flow de 544.431,79€;
- Autonomia Financeira de 87,51%;
- Gastos com pessoal no montante de 3.459.316,85€ (68,34% do total de gastos);
- Liquidez geral: 2,64;
- EBITDA (Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos): 553.502,22€;
- Resultado Líquido do Exercício de 2025 de 271.895,27€.

Foi mais um ano difícil, em que a alteração da Retribuição Mínima Mensal Garantida voltou a ter um forte impacto na estrutura de custos com Recursos Humanos, a par das atualizações gerais verificadas, dos investimentos realizados, para os quais no fim do ano ainda não se tinha recebido a verba comunitária alocada ao abrigo do PRR/Fundo Ambiental, o que pressiona o esforço de tesouraria. Por seu lado, também foi um ano em que registamos a aprovação PROCOP para a revisão do acordo de SAD em mais cinco utentes a 85%, bem como a atribuição do complemento de baixa densidade nesta resposta social, a par da concretização da transferência do antigo acordo de CATL para o Centro de Dia e respetivo alargamento ao abrigo, também, do PROCOP, para um total de 26 utentes.

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.

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.

João Marques

## Dedicação Contínua

No primeiro trimestre de 2026, celebramos, com profundo reconhecimento, todos os trabalhadores que completaram mais um ciclo de cinco anos de antiguidade, reforçando o seu compromisso, resiliência e contributo diário para o crescimento coletivo. Mais do que reconhecer o tempo de serviço, é oportuno expressar gratidão pelo empenho diário, pela capacidade de evolução e pela dedicação que ultrapassa as exigências formais da função. A todos deixamos uma palavra sincera de agradecimento e reconhecimento.

Que este seja apenas mais um capítulo de uma jornada marcada por crescimento, realização e orgulho para os seguintes colaboradores: Clarisse M. O. R. Marques - 30 anos; Olinda F. Fernandes - 20 anos; Maria de Fátima P. R. Louceiro - 20 anos; Rita D. R. C. Monteiro - 20 anos; Ana M. S. Marques Silva - 20 anos; Sílvia Patrícia F. A. Santos - 20 anos; Maria Teresa A. M. Almeida - 20 anos; Arlindo Pedro Rodrigues - 15 anos; Cidália M. R. Pereira - 15 anos; Teresa Isabel P. Almeida - 10 anos, Sandra Filipa Rodrigues - 5 anos.

Ana Oliveira





Sempre ao seu lado.

NIPC: 501 157 506

Muito Obrigado.  
Juntos chegamos mais longe.




**Informações:**

R. da Misericórdia, n.º 6 | 3660-474 São Pedro do Sul  
Tel. 232 720 460 (Chamada para a rede fixa nacional)  
geral@mspsul.pt | www.mspsul.pt



## Torne o Seu IRS Solidário

**501 157 506**


Este é o número que lhe permitirá indicar ao Estado que parte do IRS seja entregue para fins solidários.

Mas como é que 1% do seu IRS pode apoiar a causa Social da Misericórdia de S. António de São Pedro do Sul?

Pelo simples ato de Consignação do IRS e sem qualquer custo para o contribuinte, através:

- Da pré-consignação: Portal das Finanças | Serviços | Dados pessoais relevantes | Comunicar Entidade a Consignar IRS/IVA | Pesquisar NIPC da MSPS.
- Da entrega, a partir de 01 de abril, da declaração Modelo 3: seja pelo IRS Automático - Área "Pré-liquidação" | Campo "consignação", ou pela Declaração Rendimentos Modelo 3 | Quadro 11 folha de rosto | Campo 1101.

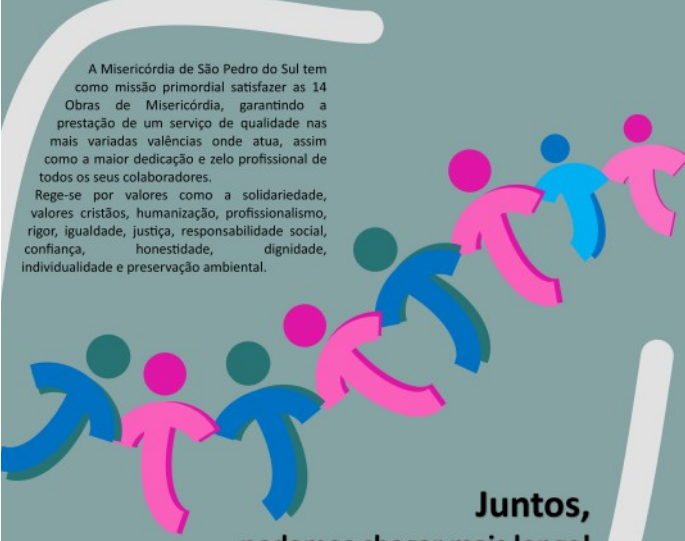
(Indicando o NIPC 501 157 506)



# 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 (chamada para a rede fixa nacional)  
geral@mspsul.pt | www.mspsul.pt

## Protocolos Comerciais



## Contacte-nos

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

**Santa Casa da Misericórdia de Santo António de São Pedro do Sul**

R. da Misericórdia, n.º 6  
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

## Tome Nota:

### Plano anual de atividades

No âmbito das atividades de envolvência comunitária, deixamos nota de algumas das atividades previstas para o segundo trimestre de 2026:

- Revalidações de matrícula no Jardim - primeira quinzena de maio (formulário eletrónico a disponibilizar oportunamente).
- Comemorações do Dia da Família - 15 de maio, ERPI e Jardim.
- Festa de S. António - 14 de junho, com procissão da capela, seguida de missa campal, na instituição.

#### Horários de Visitas (ERPI)

Relembramos que atualmente disponibilizamos um horário alargado de visitas nas ERPI:  
10h00 - 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.