



# NOTÍCIAS da MISERICÓRDIA

Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço

N.º 26 — JANEIRO 2020

## Editorial

Mais um ano, mais um caderno de encargos exigente para cumprir!

Temos o **projeto arquitetónico da ampliação** praticamente pronto e aguardamos ansiosamente a abertura de candidaturas ao programa PARES que na **melhor** das hipóteses poderá financiar **até 75%** do custo da obra. Ter sucesso (que não é garantido!) é condição fundamental para prosseguirmos com este projeto.

Queremos em 2020 reforçar a já estável e controlada **situação económico-financeira** com que encerramos 2019. Nas receitas continuaremos a procurar elevar o valor médio das mensalidades e nos gastos seremos fiéis ao princípio de *um euro é um euro* e combate ao desperdício.

Anunciámos no passado dia 23 de Janeiro em reunião geral de funcionários a **política salarial para 2020**, cujos grandes objetivos são: aumentar os salários mais baixos e valorizar a antiguidade de casa. Concretamente, o salário mínimo a pagar na casa serão € 650 (v SMN nacional € 635) e foi instituído um prémio de antiguidade. Medidas justas e coerentes com a máxima já tantas vezes repetida *os funcionários são o coração da casa*.

Os lares não podem ser um sítio onde as pessoas *só estão*. É importante que sejam criadas condições para que, na medida e respeito da sua vontade, sejam estimuladas e desafiadas a agir e interagir. Dai a importância do **setor de Animação**. No nosso caso pese embora o já excelente trabalho realizado (as páginas destas publicações são a prova viva da intensa atividade!) vamos reforçar a equipa e dota-la de mais meios para cumprir mais atividades e sobretudo dedicarmos mais tempo a cada pessoa.

Por último, encerraremos as comemorações dos nossos 70 anos com o lançamento de um **livro dedicado à nossa história**. Daquilo que já conheço do mesmo, posso garanti-lo, não desiludirá!

Até breve!

Luís Pinheiro Torres, provedor  
pinheirotorres@misericordiasobral.pt



# II Jornadas da Saúde da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço

No dia 20 de novembro de 2019 realizaram-se as II Jornadas da Saúde da Santa Casa da Misericórdia. Sob o tema: Longevidade|Sexualidade|Qualidade, participaram neste evento cerca de 130 técnicos e profissionais da área, vindos de todo o país. Recordamos que as I Jornadas com o tema “Dinâmicas na Realidade Geriátrica” realizaram-se em outubro de 2018, com 115 participantes.

Entrevistámos o Enfermeiro Nuno Conceição, mentor e organizador deste evento.

## 1. Como surgiu a ideia de propor e organizar as Jornadas da Saúde?

As instituições de cariz social cada vez mais necessitam de um suporte diferenciado em termos de cuidados de saúde; a população, cada vez mais, recorre a este tipo de instituições após os internamentos hospitalares e é necessário que, por um lado as entidades entendam as especificidades de ambas, e por outro, tenham profissionais diferenciados com capacidade de resposta a estes problemas. Estas jornadas pretendem dar evidência ao departamento de Saúde e ser um marco na forma de atuação da Santa Casa da Misericórdia do Sobral.

Após o sucesso da 1ª edição, cedo se percebeu que seria indispensável dar seguimento a estas jornadas que de uma forma tão genuína e humilde conseguiu captar palestrantes e convidados das mais variadas áreas de intervenção e de vários pontos do país. O tema deste ano, Envelhecimento: Longevidade, Sexualidade e Qualidade, faz menção a algumas temáticas tão presentes na realidade geriátrica e que, por desconhecimento ou desconforto, nem sempre são abordados de maneira clara e sem tabus. Conseguimos ainda adicionar 3 workshop's no âmbito do Suporte Básico de Vida, Coaching e Ergonomia, que demonstraram ser uma mais valia.



## 2. Quais os objetivos desta atividade e como se enquadra no trabalho desenvolvido pelo Gabinete de Saúde da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço?

Os principais objetivos são potenciar a formação dos nossos colaboradores e das instituições nossas semelhantes, dar visibilidade à Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço e promover a imagem dos nossos palestrantes. Uma característica destas jornadas é que nenhum dos palestrantes é funcionário da Misericórdia, desta forma tentamos não enviesar os ideais das jornadas: partilha de informação e conhecimento sem interferência interna. Queremos sim é ser uma referência neste tipo de

## 3. Quer a 1ª edição quer a 2ª tiveram uma enorme adesão de técnicos e profissionais da área da saúde e da geriatria. Como vê esta adesão? Surpreendeu-o?

Surpreendeu principalmente na primeira edição, por esse mesmo facto – ser a primeira, ou seja, a entrada num mundo desconhecido. Foi um sucesso, de tal forma que na segunda edição vários foram os convidados que passaram a palavra e permitiram uma moldura humana considerável. A avaliação feita pelos inscritos foi muito positiva, o que nos leva a pensar que é um modelo bem conseguido e replicável.



**SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE SOBRAL DE MONTE AGRAÇO**  
20. NOVEMBRO 2019 | 9H – 18H | EVENTO GRATUITO  
CINE-TEATRO SOBRAL MONTE AGRAÇO

**2ªS JORNADAS DA SAÚDE | ENVELHECIMENTO | LONGEVIDADE | SEXUALIDADE | QUALIDADE**  
UMA PARA INSCRIÇÕES: <https://forms.gle/TKRST8ANGQPT7R>  
ENVELHECIMENTOS: [GESAL@MISERICORDIASOBRAL.PT](mailto:GESAL@MISERICORDIASOBRAL.PT)

**PROGRAMA**

8.30H – Abertura do Secretariado  
9.30H – Discurso Inaugural – Direção SCMSAA  
9.30H – Responsabilidade Social – Reality Alert! Mais Mobilidade, Menos Menoridade Produtiva – Rita Teodoro – Social Influencer  
| LONGEVIDADE |  
10H – Forever Young – Longevidade na 3ª Idade – Joana do Vale – Gerontóloga  
10.30H – Comer bem de saúde e faz viver – Tatiana Santos – Nutricionista  
11H – COFFEE BREAK  
| SEXUALIDADE |  
11.30H – A importância da Psicologia no Envelhecimento – Mª Virginia Medeiros – Psicologia Clínica  
11.50H – Distúrbios psicológicos na sexualidade do idoso – Alexandra Pereira – EAP Especialista em Saúde Mental e Psicoterapia  
12.30H – ALMOÇO VISANTE  
| QUALIDADE |  
14H – Importância do Movimento na 3ª Idade – Elana Pereira – Fisioterapeuta  
14.20H – Estamos a hipermedicar os nossos idosos? – Augusto Silva – Médico de Formação Geral  
14.45H – Saof’Ouro – Literacia, Empoderamento e Envelhecimento ativo – Helga Rafael – EAP Especialista em Enfermagem Médico-Cirúrgica  
15.15H – COFFEE BREAK  
| WORKSHOPS |  
15.30H – SBV (Ergonomia) Coaching (3 por comunidade)  
17.30H – Entrega dos Certificados e Encerramento das Jornadas

**WORKSHOPS**  
SUPPORTO BÁSICO DE VIDA – Bruno Cunha, Enfermeiro  
COACHING E ALTA PERFORMANCE – Carla Santos, Coach  
ERGONOMIA PARA PROFISSIONAIS – Ana Rocha Santos, Fisioterapeuta

**CPACAPITARE**  
200 ANOS  
VitalAin  
FARMÁCIA COSTA  
VITACH

# II Jornadas da Saúde da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço

## 4. Quais as dificuldades sentidas na organização de um evento desta natureza?

Várias dificuldades... Se pensarmos que o evento decorreu num cineteatro, onde tivemos de “criar” espaço para refeições, palestras e workshops enquanto as jornadas propriamente ditas decorriam, havia toda uma organização externa a funcionar. Para se perceber melhor, o mesmo espaço físico serviu para receção aos convidados, secretariado das jornadas, catering e workshops! E todas as mudanças decorreram sem ninguém se aperceber.

Relativamente aos palestrantes a disponibilidade foi imediata e total, o que permitiu a criação de um programa de alto nível. Nem todos os eventos têm a sorte de, no mesmo programa, contar com a presença de enfermeiros especialistas, médicos, psicólogos clínicos e fisioterapeutas.



## 5. Qual o impacto sentido nos Lares da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço?

O principal impacto foi o envolvimento sentido nos vários sectores da instituição. Entre colaboradores da cozinha, lavandaria e ajudantes de lar, independentemente de terem participado como organizadores ou de terem estado no público, todos direccionaram sinergias para o evento, e isso demonstrou ser fundamental para o feedback positivo que recebemos.



## 6. Perspetiva a continuidade destas Jornadas? Que outros projetos/desafios a elas associadas?

Salvo algum imprevisto maior, a 3ª edição irá decorrer. O principal desafio prende-se com o elevar da fasquia a todos os níveis, seja na diferenciação dos palestrantes ou na qualidade do catering. O mais difícil está feito, que é criar as bases para as jornadas – agora é melhorar, sempre.

## 7. Sabemos que estas Jornadas têm o patrocínio de várias entidades e empresas. Quer deixar o seu agradecimento?

O sucesso deste evento é indissociável da contribuição dos nossos parceiros: Município de Sobral de Monte Agraço; Carla Santos (Capacitare – Consultadoria e Negócios); Paulo Santos (Hartmann); Rute Picão (Vitalaire); João Maria Matos (Farmácia Costa); Gisela Nunes e Vera Rocha (Medtrust); Maria Madalena Biancard Cruz (Vitacress).

Ainda agradecer a presença dos nossos palestrantes, que tão prontamente se disponibilizaram para participarem nas nossas jornadas: Bruno Cunha – Enfermeiro; Carla Santos – Coach; Ana Rocha – Fisioterapeuta; Rita Teodoro – Social Influencer; Joana do Vale – Gerontóloga; Tatiana Santos – Nutricionista; Maria Virgínia Melícias – Psicóloga Clínica; Alexandra Pereira – Enfª Especialista Saúde Mental; Eliana Pereira – Fisioterapeuta; Augusto Silva – Médico de Formação Geral; Helga Rafael – Enfª Especialista Médico-Cirúrgica.



# II Jornadas da Saúde da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço

## Alguns testemunhos de participantes:

**Ricardo Ferreira** – Hospital Beatriz Ângelo – Gostei muito, temas importantes do nosso dia a dia, que nem sempre são falados, com muito profissionalismo.

**Cátia Domingos** – Centro Hospitalar do Oeste - As jornadas da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço demonstraram pela 2ª vez serem um momento enriquecedor de partilha, onde os temas debatidos são de extrema pertinência e importância na dinâmica do dia a dia dos profissionais e que inspira para uma busca contínua da melhoria de quem cuida. De salientar a excelente organização e escolha dos temas pela pertinência que referi anteriormente, dando uma enorme visibilidade não só à instituição em si como também a toda a zona oeste. Fica o desafio de fazer algo em parceria com outras instituições também de imensa importância na nossa zona.

**Rita Teodoro** – Cinderela sobre Rodas – Um dia especial e gratificante, pessoas fabulosas. Um evento com muito amor e entreadajuda. Quem



## Notícia publicada no Jornal Badaladas, 06 / 12 / 2019

BADALADAS | 6 dezembro 2019

*Santa Casa da Misericórdia do Sobral promoveu jornadas*

## Envelhecimento/Longevidade/ /Sexualidade/Qualidade

Decorreram no passado dia 20 de novembro as 2ª Jornadas de Saúde da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço, no Cine Teatro da vila, com o tema «Envelhecimento/Longevidade/Sexualidade/Qualidade».

O evento, que foi aberto a instituições de cariz de saúde e social, contou com a presença de cerca de 130 convidados, bem como 11 palestrantes das mais diversas áreas, a saber: Bruno Cunha, enfermeiro no Hospital Beatriz Ângelo; Rita Teodoro, ativista social e responsável pelo projeto «Cinderela sobre Rodas»; Joana do Vale, gerontóloga nas Casas de Repouso São José de Maria e Novolar; Tatiana Santos, nutricionista no Hospital Beatriz Ângelo; Maria Virgínia Melícias, psicóloga clínica na empresa Serena Idade; Alexandra Pereira, enfermeira especialista em Saúde Mental e Psiquiatria do Centro Hospitalar do Oeste - Torres Vedras; Eliana Pereira, fisioterapeuta na Fisiotorres; Helga Rafael, enfermeira, investigadora e professora adjunta na Escola Superior de Enfermagem de Lisboa; Augusto Silva, médico de formação geral no Hospital de Vila Franca de Xira; Carla Santos, CEO e coach da empresa Capacitare; e Ana Rocha, fisioterapeuta.

As jornadas foram organizadas pelo Departamento de Saúde da Misericórdia do Sobral, mas contou com a colaboração e envolvimento de todos os setores da instituição.

*“Após o sucesso da primeira edição, cedo se*



Jornadas decorreram no Cine Teatro da vila

*percebeu que seria indispensável dar seguimento a estas jornadas, que de uma forma tão genuína e humilde conseguiu captar palestrantes e convidados das mais variadas áreas de intervenção e de vários pontos do país.*

*O tema deste ano, «Envelhecimento/Longevidade/Sexualidade e Qualidade», faz menção a algumas temáticas tão presentes na realidade geronímica e que, por desconhecimento ou desconforto, nem sempre são abordadas de maneira clara e sem tabus.*

*“Conseguimos ainda adicionar três ‘workshops’ no âmbito do Suporte Básico de Vida, ‘Coaching’ e Ergonomia, que demonstraram ser uma mais valia. Percebeu-se através da avaliação das jornadas, feitas pelas cerca de 130 inscrites, que estas foram bastante esclarecedoras e sem espaço para dúvidas. Tantas foram as vezes a pedir uma terceira edição das mesmas que, salvo algum imprevisto maior, irão certamente acontecer em 2020”, referiu Nuno Conceição, enfermeiro coordenador do citado departamento.*

# Visita da Imagem Peregrina de Nossa Senhora das Misericórdias

De 30 de setembro de 2019 a 10 de janeiro de 2020

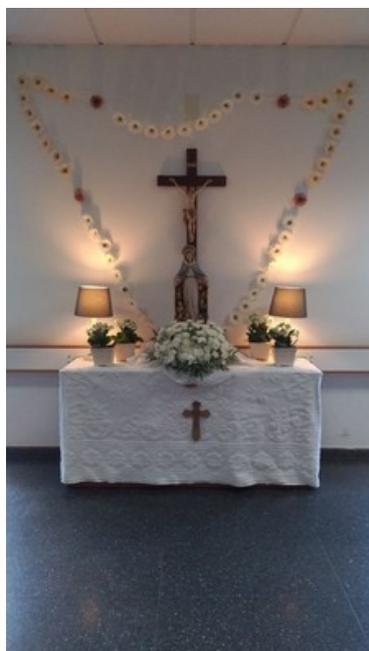
No dia 30 de setembro tivemos a honra de receber a Imagem Peregrina de Nossa Senhora das Misericórdias do Secretariado Regional vinda da Santa Casa da Misericórdia da Venda do Pinheiro.

Esta imagem circula pelas várias instituições durante 3 meses. Foi uma feliz coincidência acolher a Imagem de Nossa Senhora no ano em que comemorámos os 70 anos da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço. Ao longo destes meses realizaram-se várias atividades: visita a várias capelas do concelho e oração do terço; presença da imagem em várias missas do concelho; uma Festa em Honra e Louvor a Nossa Senhora com cânticos religiosos, fados e danças se-

Entrega da Imagem de Nossa Senhora das Misericórdias por parte da Irmandade da Santa Casa da Misericórdia da Venda do Pinheiro —30 de setembro



Festa em Honra e Louvor de Nossa Senhora das Misericórdias—16 de novembro



# Visita da Imagem Peregrina de Nossa Senhora das Misericórdias

Recitação do Terço em Casais de S. Quintino e Chã



Esta atividade revelou-se de um valor espiritual e emocional inquantificáveis. O acolhimento e a gratidão demonstrados pelas pessoas em todas as capelas do Concelho são sinal de que a Santa Casa da Misericórdia é uma instituição reconhecida pelo seu trabalho social e pela sua matriz católica.

Foi com enorme alegria e fé que recebemos durante 3 meses a Imagem Peregrina da Nossa Senhora das Misericórdias.

A imagem “da Nossa Mãe”, que nos acolhe, guarda e protege debaixo do seu manto, junto a si, é uma bela imagem que representa a missão das Santa Casas da Misericórdia: acolher todos!

Juntos, em comunidade, fomos abençoados nesta visita e em todos ficou a marca desta Mãe que todos protege.

O nosso agradecimento a todos aqueles que estiveram connosco, pároco, sacerdotes, colaboradores, órgãos sociais da Santa Casa, voluntários, amigos e a todos os que na fé estiveram ao nosso lado.



Entrega da Imagem Peregrina de Nossa Senhora das Misericórdias à Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Arruda dos Vinhos —10 de janeiro de 2020



# Atividades de animação

## Torneio de Dominó e Cartas entre Instituições do Oeste



## Dia do Abraço



## Masterchef para funcionários



# Atividades de animação

## Comemoração do S. Martinho



## Visita ao Património



## Passeio a Fátima para funcionários



## Venda de bens doados - 30 de novembro e 1 de dezembro

A venda de bens doados da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço é já uma atividade de referência para quem gosta de vendas de bens em segunda mão. O Objetivo desta venda foi o financiamento das atividades do Gabinete de Animação.



## Eleição e Tomada de Posse dos membros do Secretariado Regional da União das Misericórdias - 9 de janeiro

Foi com grande satisfação e disponibilidade que a Mesa Administrativa da Santa Casa de Sobral de Monte Agraço recebeu o convite para integrar a lista para a Direção do Secretariado Regional da União das Misericórdias.

A sua Eleição e Tomada de Posse teve lugar no dia 9 de janeiro, pelas 18h na Santa Casa da Misericórdia da Amadora.

Este Secretariado exercerá funções no quadriénio 2020-2023 e integra mesários da Santa Casa da Misericórdia da Amadora, Oeiras e Sobral de Monte Agraço.

A Santa Casa do Sobral será representada pela Secretária Geral Madalena Biencard Cruz.



# Comemoração do Natal na Santa Casa da Misericórdia

## Decorações e Preparativos para a Festa de Natal



## Festa de Natal no Lar de Grandes Dependentes—13 de dezembro



## Festa de Natal no Lar Nossa Senhora da Vida—14 de dezembro



## Desta vez com...

Susana Martins, Assistente Social desempenha funções de Diretora Técnica da Santa Casa de Misericórdia de Sobral de Monte Agraço à aproximadamente 11 anos. Ao longo destes anos já acompanhou centenas de utentes e é chegado o momento de partilhar algumas histórias e falar um pouco do seu percurso.

### **Susana há quantos anos trabalha na Santa Casa da Misericórdia?**

Comecei a trabalhar na Santa Casa no dia 4 de Julho de 2005 (14 anos).

### **Como é que veio trabalhar para a Santa Casa da Misericórdia? E qual foi a sua primeira função?**

A minha primeira função desempenhada na Santa Casa foi de Assistente Social e só posteriormente assumi a de Direção Técnica.

### **Como é que recorda os tempos iniciais da Santa Casa?**

Recordo a forma carinhosa e afável como fui recebida nesta Instituição pela técnica de Serviço Social que estava de saída na altura, Mesa Administrativa e pela restante equipa. De referir que fui admitida antes da ampliação do edifício, ou seja existiam menos colaboradoras e os utentes tinham menor dependência. Acompanhei o desenrolar das obras de ampliação e colaborei na reorganização do serviço/espço que foi um grande desafio.

### **O que mais a marcou durante este tempo?**

Durante estes anos o que mais me tem marcado é a gratidão e reconhecimento dos utentes e de alguns familiares para com a minha dedicação e profissionalismo. O distanciamento emocional das situações é para mim um desafio e por vezes é difícil de o conseguir pois no nosso dia-a-dia assistimos à perda de capacidades físicas e/ou mentais dos nossos utentes. Contudo a nossa intervenção é sempre no sentido de proporcionar uma melhor qualidade de vida ao utente e família.

### **Há algum episódio marcante que queira recordar?**

Ao longo do meu percurso tive alguns episódios que me marcaram uns pela positiva outros pela negativa, descrevo dois episódios que considero mais marcantes:

- Uma utente que numa fase inicial frequentou o centro de dia e posteriormente, devido à maior dependência, foi integrada em ERPI (Estrutura Residencial para Pessoas Idosas) que frequentou durante 11 anos. Esta utente transmitiu-nos que tinha dois “Sonhos”, um deles era voltar a ver o seu irmão, que já não via há muitos anos, e o outro era ir ao Santuário de Fátima pois era muito religiosa. A utente rezava três terços diariamente, pelas alminhas, pelas crianças e jovens, pelas famílias e por todos os colaboradores e utentes da Santa Casa. Com a colaboração de alguns colaboradores foi possível a realização destes sonhos, poucos dias depois a utente faleceu.

Quatro utentes, 2 de ERPI e 2 de Centro de Dia mostraram vontade de serem batizados e partimos para essa aventura. A colaboração e disponibilidade do Sr. Padre Marcelo Boita foi imprescindível para a concretização destes sonhos. Tudo combinado e lá fomos nós até à Igreja Paroquial. Depois da cerimónia organizou-se um almoço, na instituição, onde estiveram utentes, colaboradores, Mesários e familiares dos utentes batizados.

### **Como vê os próximos tempos da Santa Casa?**

Prevejo tempos de mudança, crescimento, inovação e muito trabalho, tendo em conta os projetos que se encontram em estudo, tais como o de ampliação das instalações da ERPI e dar uma maior visibilidade à Instituição. Também uma preocupação contínua com a melhoria dos serviços prestados está sempre na ordem do dia, que só se obtém com o trabalho em equipa.

### **Que Conselho daria a alguém que chegue à Santa Casa da Misericórdia?**

Caso se trate de um futuro colaborador daria os seguintes conselhos:

- Gostar de trabalhar com idosos, pois este trabalho não é fácil e por vezes desgastante, mas sendo feito com gosto proporciona-nos uma grande realização pessoal e profissional!

- Ter sempre presente:

**Missão** - “Ajudar a envelhecer com serenidade, alegria e bem estar”;

**Visão** - “Sermos reconhecidos pela nossa competência”;

**Valores** - “Solidariedade, Honestidade, Lealdade, Partilha e Integridade”.

Relativamente a utentes e familiares que usufruem dos nossos serviços daria o seguinte conselho: o idoso, a família e a Instituição têm um objetivo comum que é o bem estar do utente. Para que o mesmo se concretize na plenitude temos que estar sempre em articulação.

Termino o meu testemunho agradecendo esta oportunidade de falar acerca do meu percurso na instituição e com a seguinte



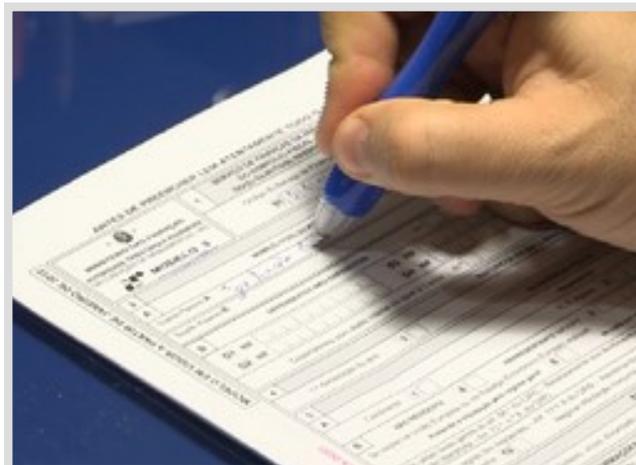
# Consignação de IRS 2019

Sabia que na declaração de IRS é possível destinar 0,5% dos seus descontos para a Santa Casa da Misericórdia?

Para tal basta assinalar no quadro próprio o número de contribuinte (NIF) da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço: **501091718**.

Além de 0,5% do IRS, pode também contribuir com a **dedução de 15% do IVA** suportado. Se desejar contribuir com ambos apoios deve marcar os espaços "IRS" e "IVA".

## AJUDE-NOS A AJUDAR



## Projeto “Animação nos pontos” — oficina de costura

*Animação nos pontos*



*Aqui costumam-se sonhos*

*Prega-se ternura*

*Remenda-se carinho*

*Aqui tecemos alegria*

*E fabricamos amor.*

*Aceitamos trabalhos de costura!*

*O dinheiro revertirá a favor de materiais e atividades de Animação*

A Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço tem uma oficina de costura que pretende dar resposta ao envelhecimento ativo dando oportunidade às utentes com conhecimentos de costura de fazerem pequenos arranjos de roupa (bainhas, apertos, fechos, botões,...). Esta oficina funciona de segunda a sexta-feira e está aberta à comunidade.

O dinheiro angariado revertirá para o Setor de Animação da Santa Casa.

**Aceitamos trabalhos!**



### Propriedade, edição e redação

Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço

E.N. 248 - Alto dos Fetais

2590-095 Sobral de Monte Agraço

Tel.: 261 941 603 - Fax: 261 943 239

Email: [geral@misericordiasobral.pt](mailto:geral@misericordiasobral.pt)

Visite-nos no Facebook e Página Web

Tiragem: 100 exemplares

Distribuição: Gratuita