

NOTÍCIAS da Misericórdia



Santa Casa
da Misericórdia
75anos
ao serviço
da comunidade



Sobral
de Monte
Agraço



“CICLOS DE MÚSICA NO CORAÇÃO”

A música é uma atividade muito apreciada pelos nossos residentes. Conheça nesta edição, o projeto "Música no Coração" que tanto tem contribuído para o bem estar dos residentes.

EDITORIAL



Luís Carlos Almeida Braga Pinheiro Torres, Provedor
pinheiro Torres@misericordiasobral.pt

Paz Social, o nosso maior tesouro.

Ensina-nos qualquer dicionário que Paz é uma relação de concórdia ou harmonia entre pessoas e grupos ou individualmente um sentimento de tranquilidade e serenidade.

Uma definição teoricamente simples, fácil de transmitir, mas, sabemos por experiência prática, muitíssimo difícil de alcançar.

Numa organização como a nossa Santa Casa da Misericórdia, onde trabalham quase 70 pessoas, vivem 100 e nos cruzamos com muitas dezenas de outras, o exercício da **Paz Social** é desafiador e diário.

Uma luta constante, e às vezes desgastante, mas sempre compensadora.

Como é difícil harmonizar diferentes expectativas, interesses múltiplos e dirimir conflitos! Ajuda-nos nesse exercício, repito, diário, ter presente aquilo que verdadeiramente nos une e move: cumprirmos a nossa missão de ajudar a envelhecer com serenidade, alegria e bem-estar aqueles que nos são confiados.

Os principais obreiros desta Missão são os nossos funcionários.

Por isso o foco da Liderança é assegurar as condições para que tal seja possível. E do que se trata isso exatamente?

Não é seguramente agradar “a Deus e ao diabo”, nem sempre é tomar a decisão mais “simpática” ou, pior ainda, o facilitismo. Isso seria uma Paz podre.

É sobretudo criar um ambiente de trabalho onde reinem a ética, o respeito e a confiança.

Na Santa Casa da Misericórdia de Sobral trabalhamos, conscientes, é certo, das nossas fragilidades e defeitos humanos para harmoniosamente cuidar e fazer crescer o maior tesouro que uma Organização pode ter: a Paz Social.



Fisioterapeuta Núria Nunes e Fernanda Cláudio residente desde Julho 2023

AQUI, O SEU APOIO FAZ BEM À SAÚDE.

Este ano vamos comprar estes equipamentos de reabilitação **com a sua ajuda:**



Equipamentos de Reabilitação Física

Equipamentos inclusivos que permitem a prática de atividade física aos mais idosos.

4unid.= 5.378€



Camas articuladas

Maior independência, segurança e conforto para os residentes e para o cuidador.

7unid.= 6.510€



Equipamento de Pressoterapia

Um equipamento essencial para a melhoria da circulação sanguínea e linfática.

1unid.= 914€



Equip. Eletroterapia e Ultrassom

Permite uma recuperação mais eficaz e rápida de processos inflamatórios e alívio da dor.

1unid.= 2.350€



I ENCONTRO DE ASSISTENTES SOCIAIS

Decorreu, no passado dia 24 de Janeiro de 2024, o I Encontro de Assistentes Sociais da Zona Oeste, no Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Luz, em Paradas, Torres Vedras.

A Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço ao ter conhecimento desta iniciativa, fez-se representar pelas suas Diretoras Técnicas, Susana Martins e Beatriz Francisco.

Estas reuniões já decorriam no passado, tendo a Instituição participado há cerca de dezoito anos, nessa época dinamizadas pelo Instituto de Segurança Social, na pessoa da Dr.ª Dina Ferreira.

Posteriormente, estes encontros foram suspensos, sendo retomados no presente ano, pela iniciativa da Diretora Técnica do Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Luz, Dr.ª Raquel Leal Henriques, contando com a presença da Dr.ª Dina Ferreira, que apesar de se encontrar aposentada, mostrou disponibilidade para fazer parte deste grupo de trabalho.

Neste encontro, estiveram presentes várias Instituições, maioritariamente do concelho de Torres Vedras, Lourinhã, Cadaval e Sobral de Monte Agraço, onde fomos a única Instituição do concelho que esteve representada.

Para além deste encontro possibilitar a apresentação pessoal dos Técnicos, facilitadora de interação entre Instituições, o objetivo principal destes encontros prende-se com:

- Partilha de conhecimentos e saberes técnicos, no âmbito das diversas respostas sociais;
- Troca de ideias e dúvidas;
- Informação sobre projetos; formações a decorrer;
- Análise de legislação vigente;
- Debate sobre as diversas dinâmicas e realidades institucionais;



Tendo em conta o elevado número de participantes e por forma a agilizar a partilha, análise e debate, foram criados grupos de trabalho no âmbito de temas bastante pertinentes na nossa realidade Institucional, sendo estes:

- Análise de legislação da resposta social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas;
- Análise de legislação da resposta social de Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário;
- Legislação e material de trabalho no âmbito dos Recursos Humanos;

Por sua vez, entendeu-se que seria mais produtivo a divisão das Diretoras Técnicas da SCMSMA por grupos de trabalho, sendo estes: Centro de Dia e Apoio Domiciliário e Recursos Humanos.

Ficou então estipulado que cada grupo reuniria o número de vezes que considerasse necessário para desenvolver a temática, apresentada posteriormente na próxima reunião geral, que decorreu no dia 21 de março de 2024.

Por fim, não podemos deixar de agradecer o convite que nos foi endereçado pelas outras Instituições, assim como à nossa Mesa Administrativa, que de imediato valorizou a iniciativa, assim como a nossa presença.

SMA 20-03-2024,
Susana Martins,
Beatriz Francisco

HISTÓRIA DE VIDA VIRGÍNIA MORAIS

São poucas as pessoas que se podem gabar de viver até aos 100 anos. A Dona Virgínia Morais é uma delas. Prestes a celebrar o centenário, em novembro de 2024, a D. Virgínia orgulha-se de ter uma vida cheia e rica de histórias para contar.

Chegou à Santa Casa da Misericórdia do Sobral há cerca de quatro anos e tal, diretamente de Lisboa, onde morou 53 anos. Uma vez que as quedas frequentes não lhe permitiam estar sozinha, o seu filho, por recomendação de uma amiga, visitou a Santa Casa e decidiu que esta era a casa ideal para a sua mãe porque, rodeada de natureza, nela é assegurado bem estar e companhia carinhosa. Como ela diz: *o que seria de nós 'velhos' sozinhos, sempre a cair em casa... aqui temos muito apoio e carinho.*

Nasceu em Figueiró da Granja, concelho de Fornos de Algodres, distrito de Viseu. Na sua terra era trabalhadora no campo, semeava e apanhava batatas, e andava na vindima. Levava uma vida de muito trabalho físico, esforço contínuo, exposta às condições climatéricas. Quando casou, mudou-se para Lisboa, onde o seu marido estava empregado, e a pouco e pouco foi deixando para trás a vida do campo. Foi já em Lisboa que nasceu o seu filho, agora responsável por ela.

Na Santa Casa da Misericórdia tem dias preenchidos que começam por volta das 6h30 e terminam por volta das 21h quando se deita. Da sua rotina faz parte o telefonema diário ao seu filho, por volta das 9h/10h da manhã, que sempre ajuda a matar as saudades.

A D. Virgínia é uma pessoa de fé, por isso as orações fazem parte do seu dia. Por um lado reza o terço diário, às vezes mais do que uma vez por dia, no seu quarto. Por outro lado reza em grupo, pelos seus familiares e pelos funcionários da Santa Casa que cuidam de si e dos outros utentes, para que não lhes falte a saúde, a força e o carinho.

Pela sua fé, valoriza muito a Celebração da Eucaristia que tem lugar na Santa Casa da Misericórdia, quinzenalmente.



HISTÓRIA DE VIDA VIRGÍNIA MORAIS

Também participa em atividades de animação das quais destaca os trabalhos manuais e o jogo do loto. Quando tem oportunidade, gosta que as animadoras lhe façam manicure pois pintar as unhas dá logo um ar mais cuidado e alegre.



A Dona Virgínia foi 'modelo por um dia', em 2023, aquando da sessão fotográfica para a Campanha de Reforço da Marca Santa Casa da Misericórdia. Teve a oportunidade de ser maquilhada e dar a sua imagem como exemplo de cuidado das cuidadoras da Santa Casa.

Nestes anos que conta no Lar Nossa Senhora da Vida, já coleciona experiências, episódios e momentos, entre eles a Pandemia. Os testes de zaragatoa que eram feitos com regularidade é algo que não esquece e mesmo assim não se livrou de ter COVID, mas *está cá para contar a história*, como refere.

Completar um século de vida é um privilégio. Pertencer à história da Santa Casa da Misericórdia do Sobral estando prestes a completar 100 anos, é raro. E qual o segredo para atingir esta idade? Se há algum segredo, a Dona Virgínia guarda-o bem.



Virgínia de Almeida Carvalho Morais
99 anos, natural de Figueiró da Granja
Residente no Lar N^a Sr^a da Vida

O CARNAVAL NA NOSSA CASA

Este ano, o habitual Desfile de Carnaval das escolas do concelho pelas ruas da vila não se realizou devido às condições atmosféricas adversas.

Apesar disso, os nossos Residentes e alguns Funcionários mascaram-se e desfilaram nas instalações do Lar Nossa Senhora da Vida, visitando os diversos sectores e pisos.

No dia 12 de fevereiro, teve lugar um baile de Carnaval para funcionários, residentes do Lar Nossa Senhora da Vida e do Lar de Grandes Dependentes e Centro de Dia. A festa foi animada pelo DJ Paulinho e foi uma tarde muito divertida, com música, máscaras e muita alegria.



CICLOS DE MÚSICA NO CORAÇÃO

O Ciclo Música no Coração tem como mentores os músicos Edgar Cantante e Paulo Assunção, sendo apoiado pela DGARTES, tendo a proposta o nome de “Música?! Sim, claro!”. A iniciativa de colaborar com a Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço surgiu através de um contacto com a Animadora Sociocultural Marta Caetano que, prontamente, escreveu uma carta de recomendação para que os mentores do projeto a pudessem colocar na candidatura à DGARTES.



O Ciclo Música no Coração defende a causa social através da música. Procuram contribuir para uma integração plena e continuada dos idosos e pessoas portadoras de deficiência na nossa sociedade. Através do Ciclo no Coração os autores do projeto, Edgar Cantante e Paulo Assunção “transportam” a música, que passa habitualmente nas salas de concerto, para locais desprovidos de agenda cultural e onde os recursos humanos e financeiros são escassos. Este ciclo intervém no sentido de salvaguardar o direito à igualdade de oportunidades, contribuindo para uma integração social plena de populações votadas ao isolamento cultural.

O ciclo tem como objetivo principal apresentar uma oferta cultural flexível e facilmente transportável, sendo apresentado na Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço. Este ciclo reveste-se, assim, de um cariz de inclusão social, visando a melhoria da qualidade de vida das populações, usando a enorme força da música ao serviço de tão nobre causa.

A instituição aderente recebe concertos apresentados e comentados pelos próprios músicos, com duração máxima de 40 minutos, cujas performances primam pelo rigor e uma elevada qualidade artística. Estes concertos abrangem um repertório variado, de vários géneros musicais, tais como: música tradicional portuguesa, música lusófona música erudita, jazz, onde os músicos comunicam com o público, explicando o funcionamento dos instrumentos musicais, e abordando outras temáticas relacionadas com esta forma de arte.



CICLOS DE MÚSICA NO CORAÇÃO

Acreditamos que a arte, e especificamente a música, possam ter um papel muito importante no que respeita a valores como a solidariedade e inclusão social, trazendo algum conforto e bem estar físico e emocional, bem como autoestima e dignidade, nomeadamente a crianças e jovens e aos idosos mais debilitados fisicamente, mostrando-lhes que não estão esquecidos pela sociedade. Os mentores do projeto têm como objetivos:

- Recuperar hábitos culturais de populações que, por razões alheias à sua vontade, deixaram de participar ativamente no meio cultural, nomeadamente na frequência de salas de espetáculo;
- Contribuir para uma integração social plena de algumas comunidades que não dispõem de estruturas que possam acolher uma programação cultural regular;
- Proporcionar momentos de prazer e satisfação, através da audição musical.

Edgar Cantante e Paulo Assunção

1º Ciclo Musical – 19 de janeiro

Clarinete: Edgar Cantante

Piano: Carlos Silva

Bateria: Paulo Assunção

2º Ciclo Musical – 30 de janeiro

Acordeão: Emanuel Soares

3º Ciclo Musical – 1 de março

Os Clarinetes e a sua versatilidade

Músicos: Edgar Cantante e Carlos Reis

4º Ciclo Musical – 5 de abril

O Saxofone com Telmo Campos



COMEMORAÇÃO DO DIA DA MULHER

No dia 8 de março comemorámos o Dia da Mulher, realizámos um painel “Ser Mulher” na ERPI LAR e LGD e oferecemos flores às funcionárias e às residentes.

“Parabéns às Mulheres que se dedicam e se esforçam para fazer do Mundo um lugar melhor todos os dias!”



COMEMORAÇÃO DA PÁSCOA

Na nossa casa para a comemoração da Páscoa foram entregues pacotes de amêndoas a todos os Residentes da ERPI Lar Nossa Senhora da Vida, Lar de Grandes Dependentes, Centro de Dia e Apoio Domiciliário, foram entregues amêndoas também a todos os Funcionários.

Foi também realizado trabalhos manuais alusivos ao tema da Páscoa.

No Domingo de Páscoa a ementa do almoço foi borrego com batatinha assada, um prato muito apreciado pelos nossos Residentes.



COMEMORAÇÃO DO DIA DA POESIA

No dia 21 de março, comemorou-se o Dia da Poesia, para os Residentes da ERPI Lar de Grandes Dependentes e Centro de Dia.

Queremos agradecer à Lucy Galhardo, à poetisa e coordenadora Carla Pimenta - Autora, ao Músico António José Barros Silva e Cantor/Poeta Orlando Prudêncio que estiveram presencialmente e ainda a todos os Poetas que nos enviaram poemas para serem lidos no momento da atividade.

A todos um muito obrigado pelo momento que nos proporcionam e pelo carinho.



COMEMORAÇÃO DO DIA DA HIGIENE ORAL

No dia 20 de março, comemorou-se o dia da Higiene Oral foi realizada no dia 22 de março uma ação de sensibilização sobre a importância da Higiene Oral direcionada a residentes e funcionários da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço.

Queremos fazer um agradecimento muito especial à Higienista Dra. Beatriz Martins e à Dra Helena Rosa, da Clínica em Sobral de Monte Agraço, que aceitaram o nosso convite para virem às nossas instalações falar desta temática tão importante.



AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DAS LEGUMINOSAS

O Dia Mundial das Leguminosas, comemorado, em todo o mundo, a 10 de fevereiro, foi instituído pela FAO – Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura e tem como objetivo promover os benefícios nutricionais das leguminosas e a sua importância para a manutenção de sistemas alimentares sustentáveis. Realizou-se no dia 12 de fevereiro uma ação de sensibilização sobre a importância das leguminosas dinamizada pela Nutricionista Adriana Picão para os residentes da ERPI Lar Nossa Senhora da Vida e os utentes de Centro de Dia.



AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A OBESIDADE

O Dia Mundial da Obesidade assinala-se a 4 de março e foi criado pela Federação Mundial da Obesidade. O propósito deste dia é consciencializar a sociedade sobre esta doença, enquanto se promove a mobilização para a elaboração de políticas que a combatam. Com o intuito de sensibilizar os residentes para o tema da Obesidade, a Fisioterapeuta Núria Nunes, no dia 4 de março desenvolveu uma ação de sensibilização para os residentes da ERPI Lar Nossa Senhora da Vida e para os utentes do Centro de Dia, de forma a consciencializá-los para a importância de hábitos saudáveis.



MEALHEIRO SOLIDÁRIO (2023)

Aplicação do excedente 2023.

Conforme anunciado na edição anterior a Campanha de 2023 foi um sucesso permitindo angariar € 14.500 que foram aplicados em vários equipamentos de saúde que custaram € 11.702.

Vimos agora dar conta que esse excedente já tem um fim destinado à compra de mais:

- a) 2 Concentradores de Oxigénio
- b) 6 Oxímetros digitais
- c) 2 Aspiradores de secreções

Uma enorme contribuição para o bem-estar dos nossos residentes.

Obrigado!



REUNIÃO DE VOLUNTARIADO

Decorreu, no dia 11 de março, pelas 17h, uma reunião com todos os voluntários da nossa instituição. Esta reunião foi de grande importância pois todos puderam dar o seu testemunho de voluntariado, conhecerem-se pessoalmente e planear as atividades de voluntariado para este ano. Na nossa Instituição temos voluntários com 17 anos de Voluntariado, como é o exemplo da Filomena Granja “a cabeleireira da nossa casa”.



ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

A Assembleia Geral, do dia 27 de março, aprovou o relatório de gestão de 2023 bem como abordou assuntos do interesse da Irmandade. Esta assembleia foi muito participada e nela foi possível sentir o espírito fraterno que une os Irmãos da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço. No ano em que se comemoraram os 75 anos da Instituição, foi impactante sentir que a Santa Casa está preparada para os desafios dos próximos anos.



DESTA VEZ COM...

Desta vez apresentamos a **Madalena Silva**, que trabalha na Santa Casa da Misericórdia há cerca de 10 anos.

Madalena, há quantos anos trabalha na Santa Casa da Misericórdia?

Trabalho na Santa Casa da Misericórdia desde 2014, há cerca de 10 anos.



Como é que veio trabalhar para a Santa Casa da Misericórdia?

E qual foi a sua primeira função?

Comecei como estagiária de um curso de Geriatria, a minha primeira função foi a cuidar da higienização dos idosos e mais tarde passei a trabalhar no setor da cozinha como despenseira.

Como é que recorda os tempos iniciais da Santa Casa?

Os primeiros tempos na Santa Casa da Misericórdia foram desafiadores para mim.

Embora eu tenha recebido uma formação teórica, a transição para a prática foi marcada por vários obstáculos que exigiram um esforço extra da minha parte. Aprender a lidar com situações reais e dinâmicas do dia a dia foi uma experiência intensa, que requereu muita dedicação e perseverança.

No entanto, cada desafio superado representou uma oportunidade de crescimento e aprendizagem, fortalecendo a minha paixão pelo trabalho que realizo na instituição.

O que mais a marcou durante este tempo? Há algum episódio marcante que queira recordar?

O período mais marcante foi, sem dúvida, a pandemia.

Ver as pessoas isoladas e em dificuldades foi bastante impactante.

Como vê os próximos tempos na Santa Casa?

Tenho uma visão otimista, acredito que haverá boas oportunidades de crescimento e desenvolvimento na instituição.

No entanto, também sei que enfrentaremos desafios, como a necessidade de nos adaptarmos às mudanças constantes e de garantir a qualidade dos serviços prestados aos nossos utentes. Será um período de muito trabalho e comprometimento, mas estou confiante de que seremos capazes de superar esses desafios e alcançar novos patamares de excelência.

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

Diria para se dedicar e estar preparado para desafios. É uma experiência gratificante, mas que requer comprometimento e adaptação constante.



CONSIGNAÇÃO DO IRS



Faça o IRS com carinho

Na sua declaração de IRS assinale o CAMPO 11 e coloque o NIF 501 091 718

Confie à Santa Casa de Sobral 0,5% do imposto que o Estado já tem nos cofres e pode enviar em seu nome, diretamente para a nossa instituição.

MODELO 3	CAMPO 11
INSTITUIÇÕES PARTICULARES DE SOLIDARIEDADE SOCIAL <input checked="" type="checkbox"/>	

Apoie a Santa Casa a apoiar mais de cem idosos em dois lares e muitos outros em suas casas.

	NIF	IRS	IVA
1101	501091718	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

NOTÍCIAS da Misericórdia



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
 Email: geral@misericordiasobral.pt

Visite-nos no Facebook e Página Web

Tiragem: 200 exemplares | Distribuição: Gratuita

