

# Boletim Informativo da Santa Casa da Misericórdia de Sardoal

Nº 71 | 3ª Série - Dezembro 2015



## Editorial

Quando queremos muito uma coisa, normalmente acontece-nos o contrário e ficamos sem saber o que fazer.

Foi isso o que aconteceu com o Boletim que de publicação trimestral passou para ... quando se pode fazer.

Por isso aqui vai o Boletim referente ao tempo que decorreu até ao fim de Outubro de 2015.

Iremos procurar manter alguma continuidade sempre com o espírito de serviço que nos tem mantido ao longo dos anos e que o saudoso Irmão Dr. Manuel José de Oliveira Batista nos transmitiu como legado, uma vez que foi ele que o iniciou e que muito amava a Santa Casa da Misericórdia de Sardoal.

As saudades são uma constante e a única coisa que podemos fazer é manter viva a sua memória e vontade da existência do Boletim.

Com que periodicidade é o que vamos ver e como seremos capazes de manter actual as notícias da nossa Misericórdia.

Dos acontecimentos ao longo destes meses damos conhecimento e dizemos que o que foi feito foi muito bom. Os nossos Utentes gostaram e isso é o mais importante, pois a Misericórdia existe para lhes poder prestar os serviços de que necessitam.

Muito mais gostaríamos de fazer mas nem sempre as coisas acontecem como seria desejo muito embora tenhamos consciência de que nada fica por fazer a não ser o que deixa de estar na nossa mão.

Mas como contamos com a Providência que vem de Deus e do cumprimento das Obras de Misericórdia havemos de vencer a batalha.

## O Provedor

Este Boletim tem o patrocínio da  
Freguesia de Sardoal





## Festa de Santa Maria da Caridade/ Bênção do Centro de Dia Senhor Jesus dos Remédios

No passado dia 27 de Setembro realizou-se na Igreja de Santa Maria da Caridade pelas 15 horas a Festa de Santa Maria da Caridade. A Celebração eucarística foi presidida pelo Reverendo Padre Carlos Almeida, estando presente os Membros da Mesa Administrativa, Irmãos, Convidados e População.

No mesmo dia foi ainda pelas 16 horas benzedo o Novo Centro de Dia da Misericórdia, o qual foi dado nome Centro de Dia Senhor Jesus dos Remédios.



### TRADICIONAL SARDINHADA NA LAPA

Há vários anos consecutivos que a Misericórdia proporciona aos Clientes um dia diferente, fora da Instituição, rodeados pela natureza. Foi no passado dia 23 de Junho que cerca de 50 Clientes conviveram num ambiente festivo com alguns Convidados e Colaboradores.

O cheiro da sardinha assada e a música dos santos populares proporcionou momentos de boa disposição. Depois de comer a boa sardinha alguns Clientes deram um pezinho de dança e nem mesmo os que tinham mais dificuldades perderam a oportunidade.

O objetivo principal desta iniciativa foi proporcionar o convívio entre os Clientes, os Membros da Mesa Administrativa e os Colaboradores da Santa Casa. Pelo fim da tarde os Clientes regressaram à Instituição com um sorriso no rosto.



### DIA DO IDOSO

Comemoração do Dia  
Internacional do Idoso

No Dia 1 de Outubro Dia Internacional do Idoso os Clientes da Santa Casa da Misericórdia de Sardoal participaram em duas iniciativas, sessão de atividade física durante a manhã e uma palestra sobre nutrição durante a tarde.





## OPINIÃO

Atualmente há um aumento da esperança média de vida e uma diminuição da taxa de natalidade, pelo que se torna um desafio o aumento da qualidade de vida do idoso e da manutenção de uma vida ativa. Este aumento da população envelhecida implicará a convivência de várias gerações, mais idosos a viver em instituições, mais serviços de saúde, mais gastos com medicação e tratamentos.

O processo de envelhecimento deve ser considerado como parte integrante do ciclo de vida e a sua compreensão implica a consciencialização de que as pessoas não envelhecem todas da mesma forma, devendo-se adotar uma atitude de promoção e prevenção da autonomia e da saúde, quer física quer mental, o que implica hábitos de vida saudáveis, promoção de fatores de segurança e manutenção da participação social.

Para se envelhecer com autonomia, saúde e independência, o mais tempo possível, deve-se promover a participação ativa dos idosos da vida em sociedade e, disponibilizar medidas para promover a saúde mental e o bem-estar nos idosos, tanto na comunidade como em contexto institucional.

Promover a saúde mental passa por dar a conhecer o processo de envelhecimento, ajudar a definir projetos ou significados de vida, tomando os objetivos realistas e acessíveis, combater o isolamento social, promovendo o envolvimento social e a socialização. A socialização leva a um aumento da autoestima, que pode estar diminuída devido à perda de papéis, saída de casa, problemas de saúde, através da aceitação, do apoio e do reconhecimento. E é nas interações com os outros e no âmbito das relações afetivas gratificantes que existimos e nos desenvolvemos, ganhando a autoestima necessária para cuidarmos de nós próprios e lutarmos pela nossa sobrevivência.

A promoção do envolvimento social deverá não só incluir a participação do idoso, mas também da família e dos recursos da sociedade, devendo esta ajudá-los a envelhecer de forma saudável, desmistificando os diversos mitos e estereótipos e valorizando as suas capacidades, conhecimentos e vivências respeitando-se assim aqueles que se encontram na terceira idade, ou na idade de ouro.

Dr.ª Catarina Moleirinho, Psicóloga na Santa Casa de Sardoal

## MARCHAS POPULARES

A comemoração dos Santos Populares no Sardoal aconteceu no dia 27 de Junho e culminou uma vez mais com um desfile de marchas que juntou as Santas Casas da Misericórdia de Sardoal e Mação, a Filarmónica União Sardealense, os Lagartos, a Instituição José Relvas de Alpiarça, o GETAS, o grupo de Almeirim, Grupo Cultural Maçaense e o grupo A.R.P.I- Santo Antão do Tojal



A avenida Heróis do Ultramar serviu marchódromo para o evento, ficou repleto de público apesar do calor que se fazia sentir.

A Santa Casa de Sardoal fez-se representar por cerca de 25 Clientes, acompanhados por alguns colaboradores, marcharam vestidos a preceito, envergando os arcos e balões coloridos.



## DIA DOS AVÓS

Comemoração do Dia dos Avós

No Dia 26 de Julho os Clientes comemoraram uma vez mais o dia dos Avós. A Tarde foi dedicada à dança onde todos puderam participar.





# ATIVIDADES REALIZADAS NA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE SARDOAL

# TRADIÇÃO ORAL



Carlottinha Meu amor  
Deixa a tua triste aldeia  
Vem para a minha que é mais linda  
Deixa a tua que é mais feia

Fui casar ao Vale da Mata  
Para ver o Sardoal  
Mas só vi a tua gata  
Aos saltinhos no quital

A Vila do Sardoal  
É velhinha mas não morre  
Passa os dias Inteiros  
A ver a agua que corre

Eu dei ao meu namorado  
Chá de tília do convento  
Ele ficou tão atilado  
Que apressou o casamento

A Vila do Sardoal  
Rodeadinha de oliveais  
Quem te visita um dia  
Não te esquece nunca mais

Ó Minha fonte da pena  
Quem me dera o teu penar  
Chamam-te fonte da pena  
Mas choras sempre cantar

Ó vila do Sardoal  
Duas coisas te dão graça  
É a torre da Igreja  
E o pelourinho na praça

Em volta do adro agora  
Puseram bancos de encosto  
Onde eu vejo a certa hora  
Um rapaz que me da gosto

Na vila do Sardoal  
Tenho eu quem me quer bem  
É o senhor dos Remédios  
Não penses que é mais alguém

Maria Matos

