



Notícias da Santa Casa da Misericórdia de Góis

Dia Mundial do coração

No dia 29 de setembro, a SCM de Góis festejou o Dia Mundial do Coração junto da sua população idosa das respostas sociais de ERPI/Lar e Centro de Dia.

Como bem sabemos, as doenças cardiovasculares continuam a ser a principal causa de morte em Portugal e no Mundo.

Assim, no Dia Mundial do Coração, os utentes de Lar/ERPI e Centro de Dia beneficiaram de rastreios à tensão arterial efetuados pela Enfermeira Cláudia Oliveira, de uma Classe de Movimento, dinamizada pela Dr.ª Adriana Pinto e de uma atividade de expressão plástica, que consistiu na elaboração e pintura de corações em papel, enquanto a Dr.ª Raquel Anastácio, Nutricionista da Instituição explicava o que faz bem e o que faz mal ao coração.

Estas atividades ou outras similares fazem parte do quotidiano da nossa ERPI, contudo, neste dia, tiveram como objetivo reforçar a importância da prática de atividades físicas e desportivas e adoção de um estilo de vida ativo para um melhor coração e uma vida mais saudável.

O Dia Mundial do Coração é assinalado no dia 29 de Setembro, por iniciativa da "World Heart Federation" – Federação Mundial do Coração e na ERPI/Lar da SCM de Góis, a comemoração deste dia culminou com a confeção de uns bolinhos chamados brownies, feitos à base de banana e cacau, receita saudável levada a cabo no âmbito do Atelier de Culinária, dinamizado pela Dr.ª Inês Martins e Dr. David Marques, sob a organização da Dr.ª Raquel Anastácio.

"Ecos do passado, à conversa com..."

Na manhã do dia 30 de Setembro, os utentes das respostas sociais de ERPI/Lar e Centro de Dia participaram na atividade intitulada "Ecos do passado, à conversa com...", promovida pela Biblioteca Municipal de Góis e que decorreu ao ar livre, no espaço circundante ao edifício do Lar.

Esta atividade consistiu na leitura dos "Contos de Fajão", que conta histórias da aldeia de Fajão, do concelho vizinho da Pampilhosa da Serra, tais como: "O burro mata lobos", "O cheiro do chouriço", "O sino e a ponte", "O morto que falou". Foram também relidos os seguintes contos, anteriormente lidos online: "O queijo no rio", "A égua que pariu um vitelo". Estas leituras estiveram a cargo da Dr.ª Vicência Oliveira e Carla Simão da Biblioteca Municipal de Góis.

Estes momentos têm como objetivo incentivar o hábito da leitura e da escrita, desenvolver a capacidade de concentração, estimular o raciocínio e a criatividade pela ludicidade, contribuindo assim, para o processo de crescimento cultural de cada um.

Comemoração do Dia Internacional do Idoso e do Dia Nacional da Água

No passado Dia 1 de outubro, a SCM de Góis comemorou dois eventos muito importantes, o Dia Internacional do Idoso e o Dia Nacional da Água.

O Dia 1 de outubro foi instituído em 1991 pela ONU - Organização das Nações Unidas, como o Dia Internacional do Idoso, com o objetivo de sensibilizar a sociedade para as questões do envelhecimento e da necessidade de proteger e cuidar da população mais idosa.

Assim, neste dia, a população idosa das respostas sociais de ERPI/Lar e Centro de Dia da SCM de Góis assistiu via online à emissão da Rádio Sênior da Santa Casa da Pampilhosa da Serra, cujo lançamento ocorreu nesse dia e cujo principal objetivo é combater a solidão dentro e fora de portas.

Neste dia, a SCM de Góis assinalou igualmente o Dia Nacional da Água, lembrando à sua população sénior que se trata de um recurso escasso e fundamental para a sobrevivência do ser humano. A Dr. Raquel Anastácio, atual Nutricionista da Instituição fez diversas águas aromatizadas e infusões de frutas, tais como de frutos vermelhos, de camomila, de erva cidreira, de modo a tornar este líquido mais apelativo ao paladar dos mais idosos. Através de uma pequena palestra, apelou a todos para optarem por uma utilização eficiente da água e combater o seu desperdício, lembrando que é imprescindível uma gestão deste nosso bem. Sem água, não há vida. Não desperdice, mas mantenha-se hidratado.

As Comemorações do Dia Internacional do Idoso e do Dia Nacional da Água culminaram com um delicioso lanche com animação musical, ao ar livre, durante o qual a população sénior pode saborear as águas aromatizadas ou chás previamente confeccionados.

"Mariazinha" visita Exposição de Trabalhos em croché

No dia 4 de outubro, a nossa querida utente Maria Augusta Baeta Garcia, por todos apelidada e carinhosamente chamada de "Mariazinha" visitou a Exposição de Trabalhos em Croché, que se encontra patente ao público no Jornal o Varzeense.

Acompanhada pela Técnica Sandra David, Assistente Social da SCM de Góis, a utente pode visitar os trabalhos efetuados por ela própria, nomeadamente: cestinhos, terços, bonecas em miniatura, feitos em renda e com materiais recicláveis, tais como: garrafas de plástico e outros materiais.

É admirável a energia, o ânimo e luzidez que a Mariazinha tem, que no alto dos seus 96 anos dispõe-se a realizar novos projetos para ocupar o seu dia-a-dia, mostrando-se como um exemplo a seguir.

Dia da Escapelada do Milho

No dia 8 de outubro, a SCM de Góis dinamizou uma escapelada, descamisada ou desfolhada do milho (como se queira chamar), que decorreu ao ar livre, na varanda, destinada aos idosos das respostas sociais de ERPI/Lar e Centro de Dia da SCM de Góis.

Os nossos utentes reviveram tradições antigas ao desfolhar o milho, peneirar a farinha e cozer a broa no forno a lenha.

Para terminar em beleza e decorrido todo este trabalho, os idosos puderam saborear ao lanche as broas confeccionadas. Foi mais um dia feliz no Lar /ERPI da SCM de Góis.

Campanha de vacinação da gripe 2021 – Utes de ERPI

No dia 11 de outubro, decorreu a vacinação contra a gripe aos utentes da resposta de ERPI/Lar da SCM de Góis. Esta campanha de vacinação foi executada pelas Enfermeiras Isabel Afonso e Mónica Pinheiro do Centro de Saúde de Góis.

Segundo a DGS – Direção Geral de Saúde, este ano esta



A Enfermeira Cláudia Oliveira mede a tensão arterial aos utentes da resposta de ERPI no âmbito da Comemoração do Dia do Coração



Atelier de Culinária, dinamizado pela Dr. Raquel Anastácio, Nutricionista, com a colaboração do Dr. David Marques, Psicólogo Clínico, junto dos utentes do Centro de Dia - Comemoração do Dia do Coração,



As Sras. Maria de Lurdes Reis e Zínia Alvarinhas, nossas utentes de Centro de Dia mostram-se sorridentes no Dia Internacional do Idoso_1 de Outubro

Campanha inicia-se mais cedo, devido à situação da pandemia e transcreve-se do site SNS: "Em 2021, em contexto de pandemia covid-19, mantêm-se medidas excecionais e específicas no âmbito da vacinação gratuita contra a gripe, nomeadamente o início mais precoce, a vacinação faseada e a gratuidade para os profissionais que trabalham em contextos com maior risco de ocorrência de surtos e/ou de maior suscetibilidade e vulnerabilidade".

A vacinação contra a gripe aos profissionais do Lar/ERPI da SCM de Góis encontra-se prevista também para breve.

Ciclo de conferências 'Envelhecimento: respostas seniores do futuro' – União das Misericórdias Portuguesas (UMP)

No dia 13 de outubro, as técnicas da Santa Casa da Misericórdia de Góis assistiram online a uma das sessões integradas num Ciclo de Conferências sobre o estudo 'Envelhecimento: respostas seniores do futuro - um modelo de respostas especializadas integradas', promovido pela União das Misericórdias Portuguesas (UMP).

Desta Conferência destaca-se a participação do Dr. José Vieira da Silva, ex-ministro da Segurança Social, do Dr. Paulo Macedo, ex-ministro da Saúde e presidente executivo da Caixa Geral de Depósitos e do Dr. Diogo Mateus, presidente da Câmara Municipal de Pombal.



Atelier de expressão plástica, dinamizado pela Dra. Raquel Anastácio, Nutricionista, no âmbito da Comemoração do Dia do Coração



Classe de movimento dinamizada juntos dos utentes de ERPI pela Dr. Adriana Pinto, Fisioterapeuta da SCM de Góis



Os Utes de Centro de Dia e de ERPI ouvem atentamente alguns dos Contos de Fajão, lidos pela Dr.ª Vicência Oliveira e Carla Simão da Biblioteca Municipal de Góis

Há a salientar algumas ideias lançadas durante esta Conferência, tais como:

- maior investimento no SAD – Serviço de Apoio Domiciliário e alargar mais esta resposta;
- Investir mais no aprofundamento de respostas como a Emergência Social, bem como nas ERPI's – Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas;
- É imprescindível uma nova articulação entre a Saúde e a Segurança Social;
- O Poder Local tem um papel preponderante neste tema;
- O Plano de Recuperação e Resiliência vai-nos ajudar no investimento de respostas sociais na área do Envelhecimento;
- É fundamental a criação de mais sinergias entre as Misericórdias.

Utes de ERPI – Estrutura Residencial para Pessoas Idosas – saídas ao exterior

Desde o dia 26 de setembro de 2021, inclusive, estão permitidas as saídas dos nossos utentes ERPI ao exterior, aos sábados e domingos. As saídas ocorrerão entre as 10 e as 18 horas, sendo necessário o seu agendamento prévio, durante a semana que

continuação da pág. 16



Os utentes da resposta de ERPI assistem online à emissão da Rádio Sênior da Santa Casa da Pampilhosa da Serra, no Dia Internacional do Idoso_1 de Outubro



Lanche ao ar livre comemorativo do Dia Internacional do Idoso_1 de Outubro



Lanche ao ar livre comemorativo do Dia Internacional do Idoso_1 de Outubro, com a presença do Sr. José Serra, Provedor desta Instituição



“Mariazinha” posa junto à sua Exposição de Crochet acompanhada pelas funcionárias do jornal “O Varzeense” Fernanda Baeta e Catarina Ferreira



A utente M.ª Adelaide Martins amassa a broa



O utente Mário Cruz coloca a broa no forno a lenha



Escapelada do milho



O Sr. José Maria Coelho festejou 89 anos de idade



O Sr. José Maria Coelho festejou 89 anos de idade, não somente junto dos outros utentes no Lar, como também junto da sua família.



A Sr.ª Lesíria da Trindade Braz celebrou, muito emocionada, a bonita idade de 100 anos



O Sr. Carlos Martins festejou 90 anos de idade.



A Sr.ª Maria de Jesus Santos celebrou a magnífica idade de 102 anos



A Sr.ª Maria de Jesus Santos junto do Sr. José Serra, Provedor, da Dr. Ana Paula, Vice-Provedora e Diretora Técnica e da Dr.ª Fátima Pimentel, no dia do seu 102.º aniversário



A Sr.ª Maria de Jesus Santos junto das suas sobrinhas, Glória e Isilda, no dia do seu 102.º aniversário

antecede o fim-de-semana para o qual pretendem a saída para o contacto móvel 917469854, de segunda a sexta-feira, entre as 10 e as 17 horas.

Apela-se aos familiares dos nossos idosos/utentes que, nestas saídas ao exterior, assumam um comportamento responsável e no estreito cumprimento das normas da DGS – Direção Geral de Saúde, garantindo que sejam cumpridas as medidas de proteção e prevenção dos seus familiares e, consequentemente, de todos os nossos idosos do Lar/ERPI da SCM de Góis.

Visitas aos Utentes do Lar da SCM de Góis

Mantém-se o plano de visitas dos familiares aos utentes de ERPI/LAR, que entrou em vigor no dia 1 de outubro de 2021.

As visitas decorrem de terça – feira a domingo, nos seguintes horários: 14:30h/15:00h; 15:05h/15:35h; 15:40h/16:10h; 16:15h/16:45h e 16:50h/17:20h

As visitas decorrem no interior do Lar em ambiente controlado, sendo apenas permitida a visita de um utente/idoso de cada vez, mantendo-se, no entanto, a possibilidade deste ser visitado por 4 pessoas em simultâneo, pelo período de 30 minutos. Mantém-se a obrigatoriedade de pré – agendar as visitas, sendo que este agendamento apenas deverá ocorrer de segunda a sexta-feira, entre as 10 e as 17:00 horas para o contacto móvel 917469854. A visita será supervisionada por um profissional da Instituição.

Segundo as orientações da DGS – Direção Geral de Saúde, a SCM de Góis solicita que os familiares que pretendam visitar os utentes da resposta social de ERPI/Lar tem que apresentar o

Certificado Digital da Vacinação COVID-19.

Continuamos disponíveis para realizar videochamadas com os familiares dos nossos utentes devendo, para o efeito, proceder a marcação prévia (ligando para o nosso Lar ou enviando mensagem privada para a nossa Página de Facebook a solicitar).

Aniversários

A Mesa Administrativa parabeniza todos os seus utentes aniversariantes, cujo aniversário ocorreu durante a primeira quinzena do mês de outubro, com votos de saúde, bem-estar pessoal, social e familiar.

Lar de Idosos de Vila Nova do Ceira, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário, em Vila Nova do Ceira: a Sr.ª Lesíria da Trindade Braz, nascida a 30 de Outubro de 1921 celebrou a bonita idade de 100 anos, o Sr. José Maria Coelho, nascido a 2 de Outubro de 1932, celebrou 89 anos, a Sr.ª Maria de Jesus Santos, nascida a 7 de Outubro de 1919, festejou a magnífica idade de 102 anos, o Sr. Carlos Martins Barata, nascido a 12 de Outubro de 1931, comemorou 90 anos de idade.

A Santa Casa da Misericórdia de Góis destaca o 102.º Aniversário da Sr.ª Maria de Jesus Santos, natural da Murtinheira, Freguesia de Vila Nova do Ceira, nossa utente com mais anos de vida nesta Instituição e que continua a manter uma vivacidade, uma lucidez incríveis e um grau de autonomia fora do comum para a idade.

Visite-nos em: www.scmgois.pt ou www.facebook.com/scmgois

A Mesa Administrativa