



Notícias da Santa Casa da Misericórdia de Góis

Raquel Paixão e Gonçalo Barata promovem mini concerto na nossa ERPI

No passado dia 31 de julho, os nossos idosos da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e do Centro de Dia foram presenteados por um magnífico mini concerto dos jovens músicos Goienses Raquel Paixão, na Guitarra Portuguesa e Gonçalo Barata, na Viola e Voz, proporcionando-lhes uma tarde de boa musica, boa disposição e muitas recordações.

Este momento musical, repleto de significado, não só para os jovens artistas, mas sobretudo para os nossos idosos, uma vez que o Gonçalo tem raízes familiares em Vila Nova do Ceira, sendo a sua avó, a D. Ester Barata nossa Utente da ERPI, veio de forma inequívoca trazer um novo brilho aos seus olhos.

Ana Rodrigues, nossa Vice Provedora, agradeceu a disponibilidade e sensibilidade destes jovens músicos e acrescentou que "momentos como este fazem toda a diferença na vida dos nossos queridos utentes". Associaram-se igualmente a esta iniciativa José Bandeira, Tesoureiro da Mesa Administrativa e José Serra, Presidente da Mesa da Assembleia Geral.

Bem-haja Raquel e Gonçalo, serão sempre bem-vindos!

Misericórdia assinala Dia Internacional da Amizade

O Dia Internacional da Amizade celebra-se todos os anos a 30 de julho. Efeméride instituída pelas Nações Unidas em abril de 2011 teve como objetivo a promoção da paz no mundo, na expectativa de que a esperança e a amizade entre os povos, países, culturas e indivíduos pudesse inspirar os esforços de paz e construir pontes entre as comunidades mundiais.

Neste data, os amigos enviam mensagens de carinho, de amizade e de afeto aos seus amigos, agradecendo a amizade e dedicação destes ao longo dos anos. E porque também nesta "nossa família alargada" a amizade assume um papel preponderante, a Equipa de Animação da Santa Casa assinalou esta data com o objetivo de celebrar os laços que nos unem e reforçar os princípios e valores que tornam a amizade dos nossos utentes entre si ainda mais especial.

Cuidados de saúde dos idosos nas ondas de calor

A água é essencial para a vida humana, sendo um componente fundamental em diversas funções vitais do organismo. Manter-se hidratado é crucial para a saúde e o bem-estar geral.

Face às ondas de calor que tem assolado o nosso País nas últimas semanas, as nossas equipas tem vindo a reforçar, sobretudo dos nossos utentes não residenciais a importância da adoção de um conjunto de comportamentos que visam garantir o bem-estar dos idosos durante os períodos de calor e minimizar os riscos associados.

Neste sentido e porque nunca é demais reforçar os cuidados a ter, entendemos partilhar com os nossos leitores alguns dos cuidados que todos devemos ter, sobretudo os mais idosos, durante os períodos de maior calor.

Hidratação - É fundamental que os idosos bebam água regularmente, mesmo que não sintam sede, e evitem bebidas com cafeína ou álcool, que podem contribuir para a desidratação.

Ambiente fresco - Manter a casa fresca, utilizando cortinas ou persianas para bloquear o sol, e se possível, utilizar ar condicionado ou ventiladores.

Evitar exposição excessiva ao sol - É importante evitar a exposição direta ao sol, especialmente durante as horas mais quentes do dia, e procurar locais com sombra.

Vestuário adequado - Roupas leves e de cores claras ajudam a manter o corpo fresco e a evitar o superaquecimento.

Alimentação leve: Refeições leves e ricas em água, como frutas e legumes, são mais fáceis de digerir e ajudam na hidratação.

Monitorar a saúde: Ficar atento a sinais de alerta, como febre, confusão mental ou dificuldade para respirar, e procurar ajuda médica se necessário.

Por que os idosos sofrem mais com o calor:

Menor capacidade de regulação da temperatura - Idosos têm menos glândulas sudoríparas e menor capacidade de adaptação às mudanças de temperatura, o que dificulta a dissipação do calor corporal.

Menor percepção de sede - Sensação de sede diminui com a idade, o que pode levar à desidratação.

Condições de saúde pré-existentes - Doenças crônicas, como problemas cardíacos ou respiratórios, podem ser agravadas pelo calor.



Músicos Raquel Paixão e Gonçalo Barata com os nossos utentes



Rosário Pais e Manuela Barroco - Mini Concerto Raquel Paixão e Gonçalo Barata



Zina Alvarinhas, Dorinda Lopes e Graciana Paiva - Dia Internacional da Amizade



Palmira Pereira e M Lurdes Cruz - Dia Internacional da Amizade

Celebração Eucarística e Reza do terço

Decorreu no passado dia 30 de julho a celebração Eucarística, celebrada pelo Rev. Padre Manuel Martins, participando os nossos utentes da Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e Centro de Dia e alguns utentes do Serviço de Apoio Domiciliário, que se deslocaram às nossas instalações para este efeito. Associaram-se também a este solene ato, alguns elementos dos Corpos Sociais.

Decorre igualmente, todas as terças-feiras, a reza do terço, sempre com o apoio da nossa dirigente Maria de Lurdes Pascoal.



José Bandeira, Ana Rodrigues e José Serra com Raquel Paixão e Gonçalo Barata



Ilda Barata e Dorinda Lopes - Mini Concerto Raquel Paixão e Gonçalo Barata



Palmira Marques e Palmira Fernandes - Dia Internacional da Amizade



Inocência Ferreira e Anélia Alves - Dia Internacional da Amizade

Aniversários

A Mesa Administrativa parabেনiza todos os seus Utentes aniversariantes, com votos de saúde, bem-estar pessoal, social e família, nomeadamente o Sr. Jaime Cedeira Barata, pelo seu 88.º aniversário; o Sr. Ermelindo das Neves

continua pág. 19

continuação da pág. 18



Ilda Matos e M. Rosário Pais - Dia Internacional da Amizade

Batista, pelo seu 94.º aniversário e a D. Maria Regina Fernandes de Aguiar Simões, pelo seu 83.º aniversário. Bem-haja a Todos por tão importante efeméride, estendendo os votos de felicitação a todos os seus familiares e amigos.

Óbito de Utentes da SCM de Góis

A Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Góis expressa o seu voto de pesar e apresenta sentidas condolências à família da D. Lucinda Jesus Ferreira Silva pelo seu falecimento ocorrido no passado dia 8 de agosto.

A Mesa Administrativa



Rev. Padre Manuel Martins na Celebração da Santa Missa



Ana Lopes, José Serra e António Monteiro _ Celebração da Santa Missa



Utentes na Celebração Santa Missa



Utente Ermelindo Batista - 94 aniversário

Seniores da Santa Casa da Misericórdia de Góis visitam exposições

Os seniores da Santa Casa da Misericórdia de Góis realizaram recentemente uma visita cultural às duas exposições organizadas pelo Município de Góis: a mostra coletiva Góis Oroso Arte 2025 e a exposição comemorativa "100 anos de Alice Sande", ambas patentes ao público até 31 de julho.

A mostra Góis Oroso Arte 2025 reuniu obras de vários géneros artísticos e de artistas de vários países. Já a exposição "100 anos de Alice Sande" presta homenagem à artista com raízes em Góis, celebrando o seu legado artístico e a sua ligação afetiva à região. De acordo com o Mu-

nicipio de Góis, este foi "um momento extraordinário de partilha e emoção, que mostra que a arte e a cultura não têm idade". A iniciativa insere-se na estratégia local de promoção do envelhecimento ativo e saudável, tendo também como objetivo aproximar gerações e renovar conhecimentos.



Santa Casa da Misericórdia de Góis

Estágio à Medida INICIAR

Técnica(o) Auxiliar de Saúde

- » Requisitos mínimos indicados na ficha síntese de Medida INICIAR, no site do IEFP
- » Estágio com a duração de 6 meses
- » Nível 4

Envie o seu currículo para:

Lar de Idosos da SCM Góis
Rua das Figueirinhas, Nº 20
3330-458 Vila Nova do Ceira
ou
stcasa.gois.admn@gmail.com

Mais Informações:

235 770 000
910 241 006