POLO COMUNITÁRIO
OS AMIGOS DE SEMPRE
S. JOÃO DA TALHA

SINTA ESTE PROJETO

# Newsletter nº5

Polo Comunitário Os Amigos de Sempre

www.wix.com/amigosdesempre/com

**junho|2014**



## TRABALHAR EM EQUIPA

Trabalhar em equipa traz vantagens enormes quer para as colaboradoras quer para a instituição.

Aprendemos uns com os outros, ajudamo-nos uns aos outros, vencemos as hesitações que o trabalho solitário sempre traz com ele. Quem é que nunca se interrogou sobre se está a fazer o trabalho da melhor maneira? Uma sugestão de uma colega tranquiliza-nos ou até lembra-nos de como fazer bem. Outras vezes não conseguimos fazer sozinhas e é a mão amiga que vem em nosso auxílio.

O trabalho em equipa sai sempre com melhor qualidade, com menos deficiências e traz maior satisfação aos nossos clientes e a nós próprios.

Vamos fazer um piquenique no dia 29 de junho, em Montachique, com um duplo objetivo: Conviver e reforçar a equipa do Polo. Lá estaremos todos: uma equipa vencedora que faz do Polo uma das melhores instituições de apoio aos idosos.

A União faz a força e a Qualidade.

A Direção







## A Caixa de Sugestões

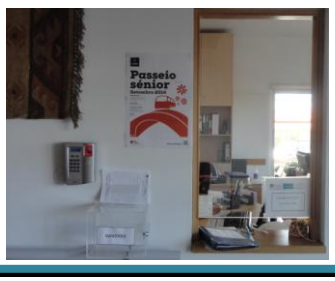
A melhoria contínua dos serviços prestados pelo Polo Comunitário é uma prioridade, potenciando o seu crescimento enquanto instituição. Tudo pode ser melhorado, e partindo desta premissa, torna-se importante para o Polo não só desenvolver esforços para este crescimento, mas também para a otimização os processos institucionais.

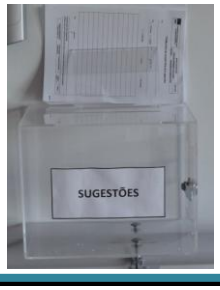
Hoje vamos falar de um instrumento de gestão, que muitas vezes pode ser confundido com um objeto decorativo, e que é a nossa Caixa de Sugestões.

A génese da Caixa de Sugestões vem permitir a receção e gestão das opiniões, sugestões e manifestações de desagrado, em relação ao funcionamento de serviços ou espaços em que os mesmos são desenvolvidos, para qualquer interessado, seja cliente, visitante ou colaborador, sendo estas exposições apreciadas e aplicadas na melhoria contínua dos serviços que prestamos e na adequação destes às suas expetativas.

E porque acreditamos que, quem sugere, opina ou reclama, está disponível a continuar a trabalhar com a instituição, deixamos-lhe o desafio da participação ativa na construção de um mundo melhor.

Teresa Pires



## Sessão de informação e sensibilização sobre Alimentação Saudável



No dia 2 de abril, deslocámo-nos com um grupo de clientes à Academia dos Saberes de Sacavém com o propósito de participarmos em mais uma ação de informação e sensibilização sobre Alimentação Saudável promovida pela Câmara Municipal de Loures.

## Visita à Exposição "Revista ao Parque" no dia 24 de abril







A nossa instituição foi convidada pelo Sr. Presidente da Junta de Freguesia de Santo António, em Lisboa, para visitar a Exposição "Revista ao Parque" no antigo Picadeiro Real. Nesta exposição, estiveram representados os quatro teatros do Parque Mayer (Maria Vitória, Variedades, Capitólio e ABC) num só espaço, onde os participantes puderam ver, mexer e usar. Os visitantes tiveram, também, a oportunidade de fazer parte da revista e serem a atração principal, usando fatos originais, com a possibilidade de tirar fotografias nos vários cenários ou num palco improvisado. Foi uma experiência enriquecedora e divertida!

## Ação de informação e sensibilização sobre Saúde Oral







A 24 de abril, participámos em mais uma ação de informação e sensibilização sobre Saúde Oral, promovida pela Câmara Municipal de Loures. A ação decorreu no Museu da Cerâmica de Sacavém.

## Participação no Concurso "Nós Reciclamos" dinamizado pela PSP

O Comando Metropolitano de Lisboa da PSP, através da 4ª Divisão Policial, nomeadamente das Equipas Escola Segura e Idosos em Segurança, lançou o Concurso "Nós Reciclamos – 2014". Assim, Escolas de 1º e 2º ciclo e Idosos pertencentes a Associações/Lares/Juntas de Freguesia da Área Metropolitana de Lisboa tiveram a possibilidade de se inscreverem para elaborar um "Boneco Polícia", em material reciclável.

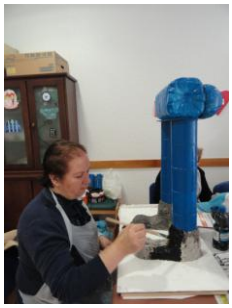
Este Concurso visou reforçar os laços de proximidade da PSP com as duas faixas etárias e estimular a reciclagem para conservação e melhoria do ambiente.











Os trabalhos estiveram em exposição na Fundação Champalimaud, entre 7 a 29 de maio, pelo que levámos dois grupos a visitar a exposição nos dias 22 e 27 de maio. No dia 29 decorreu a Cerimónia de Entrega de Prémios, na qual nos fizemos representar.







Quanto à nossa classificação no Concurso, ficámos em 15º lugar.

**As Instituições vencedoras da categoria de idosos foram:**

**1º** Instituto Condessa de Rilvas – Centro de Atividades Ocupacionais S.C.M.Lisboa
**2º** Centro Social e Paroquial Nossa Senhora da Ajuda – Lar S. José
**3º** Centro Social e Paroquial de Santa Maria dos Olivais
**4º** Centro Social e Paroquial São Miguel de Queijas
**5º** Centro de Dia Santo Condestável – S.C.M.Lisboa



**Ação de Informação e Sensibilização sobre Burlas - PSP**

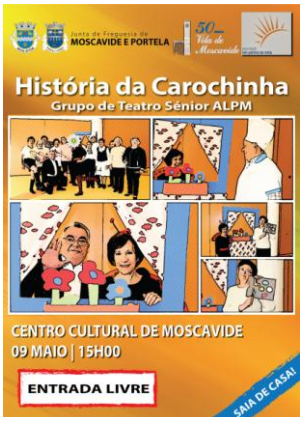
No dia 7 de maio, decorreu uma Ação de Informação e Sensibilização sobre "Burlas" dinamizada pela PSP de São João da Talha. Dado o aumento de ocorrências desta natureza nesta área de influência, sendo que as vítimas deste crime normalmente são pessoas com mais idade, considerou-se necessário sensibilizar para prevenir.

As intervenções foram constantes o que tornou a sessão animada e produtiva, havendo uma excelente interação com os agentes presentes.

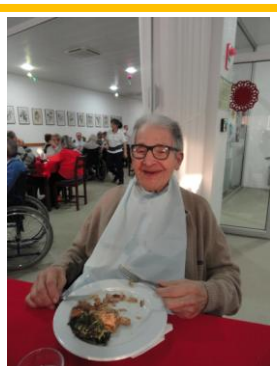
**Teatro – "A História da Carochinha"**

A 9 de maio, o Grupo de Teatro Sénior da Associação Luís Pereira da Mota levou a cena o espetáculo "A História da Carochinha", no Centro Cultural de Moscavide.

Uma dramatização divertida que encantou o nosso grupo de clientes que teve oportunidade de assistir a este espetáculo. Sair de casa valeu a pena e por isso damos os nossos parabéns aos responsáveis por esta iniciativa de qualidade.









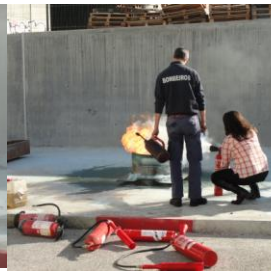
**Comemoração do Dia Internacional da Família**

Este ano o Dia Internacional da Família, 15 de maio, foi marcado pela Festa da Flôr. Uma festa que contou com um ambiente florido, um jantar cuja ementa nos remontou a terras alentejanas e a animação ficou a cargo dos participantes no jantar.

Após nos deliciarmos com a Sopa de Cação, as Migas com Entrecosto e a divinal Sericaia com ameixas, fomos surpreendidos com poemas, canções e boa disposição. E no culminar da noite, em jeito de despedida ouvimos o fado "Xaile de minha mãe" na voz da nossa querida Ajudante de Ação Direta, Isilda Machado.

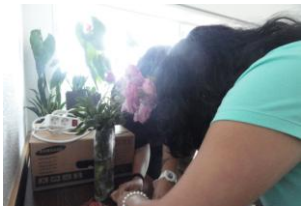






**Formação 1ª Intervenção (componente teórica a 19 de maio e prática a 21 de maio) e Formação de Medidas de Autoproteção (componente teórica a 26 de maio e prática a 28 de maio)**

A Formação dos colaboradores é uma preocupação constante para que os nossos serviços se enquadrem num patamar de excelência. Estas duas formações foram ministradas pelos Bombeiros Voluntários de Sacavém e foram uma mais-valia para a intervenção das equipas no Simulacro anual, que ocorreu no dia 3 de junho.




## Festa dos Santos Populares

No dia 14 de junho festejámos os Santos Populares. Os participantes tiveram oportunidade de tentar a sua sorte na quermesse e no sorteio de Prémios (LCD, Micro-ondas e Garrafa de Vinho do Porto), de comprar manjericos, adquirir artesanato do atelier dos amigos e saborear os deliciosos petiscos típicos desta época.

A animação ficou a cargo da Marcha dos Amigos e do Grupo de Cavaquinhos da Academia Sénior de São João da Talha.

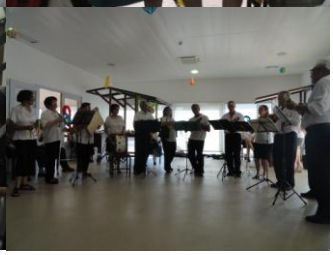
**1º Prémio** – Nº 0024

**2º Prémio** – Nº 0917

**3º Prémio** – Nº 0038







## Atividade "De Ontem para Hoje"

A iniciativa "De Ontem para Hoje", organizada pelas instituições parceiras da Comissão Social da União de Freguesias, decorreu no dia 16 de junho no Espaço A Criança. A temática da violência foi representada por um grupo de Ajudantes de Ação Direta do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, com a apresentação de uma peça de teatro, bem como foi desenvolvida uma sessão de Psicomotricidade intergeracional pela nossa Psicomotricista Ana Silveiro.




## Piquenique entre Colaboradores e Direção



No dia 29 de junho, Colaboradores, seus familiares e Direção do Polo Comunitário reuniram-se num Piquenique no Parque Municipal do Cabeço de Montachique. Todos os momentos fizeram deste convívio uma ação especial.

**FICHA TÉCNICA**
Direção: Artur Lemos
Propriedade: Polo Comunitário Os Amigos de Sempre
Coordenação: Equipa Técnica
Periodicidade: Trimestral

Rua Palmira Bastos, nº 11 Bairro da Esperança
Vale de Figueira 2695-799 São João da Talha
Tel: 211818122 Fax: 211818106 Tlm: 968924545 (DT)
polocom.osamigosdesempre@gmail.com