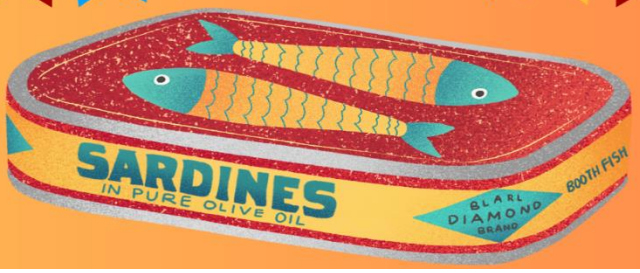
OS AMIGOS DE SEMPRE

PLATAFORMAS SUPRACONCELHIAS GRANDE LISBOA E OESTE

NEWSLETTER Nº 41|junho 2023

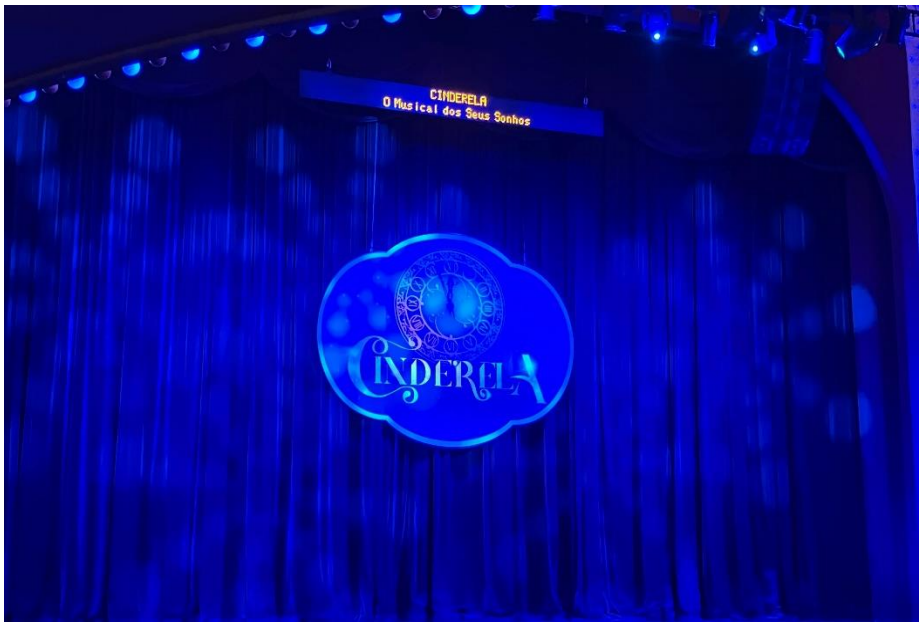


BIBLIOTECAS EM SUA CASA



A Avaliação do Projeto Bibliotecas em sua Casa decorreu no dia 4 de abril, com um diálogo bastante positivo acerca da dinâmica e colaboração da técnica na proximidade da Biblioteca com a Instituição, adequando a seleção de livros aos gostos e interesses dos participantes. O aumento de leitores tem sido progressivo e a satisfação com a implementação do projeto foi relatada em todas as partilhas.

MUSICAL CINDERELA



O Teatro Politeama convidou-nos a assistir por um preço simbólico e com número limitado de lugares ao Musical em cena "Cinderela", no dia 6 de abril.
Verdadeiramente um espetáculo para todas as idades! Gratos pela oportunidade e certamente que surgirão outros momentos para assistir aos espetáculos no Teatro Politeama.

AMIGOS DE TODAS AS IDADES

É tempo de dar expressão às amizades, de promover a pedagogia do encontro e do afeto entre pessoas de diferentes gerações. Foi isso que aconteceu ao longo do último ano letivo e que será para dar continuidade, através de uma feliz parceria entre o Agrupamento de Escolas de S. João da Talha e os Amigos de Sempre do Polo Comunitário.
São os laços da comunidade que crescem e se fortificam, são as vivências partilhadas entre "avós e netos" que se conhecem e se adotam, são Vidas que se renovam!
É tempo de férias, de descanso, mas para a amizade, para a partilha e para a solidariedade não há tempo de paragem - há tempo de entrega a projetos que, a exemplo deste, dos *AMIGOS DE TODAS AS IDADES*, se reforçam e encontram novas formas de dedicação.
Estamos em tempo de organização do acolhimento aos jovens que estarão na Jornada Mundial da Juventude, que Portugal recebe, na primeira semana de agosto. O nosso concelho está sumamente empenhado na sua preparação, para que se reforcem os laços entre jovens, mas também entre diferentes gerações, onde pontificam o voluntariado, a partilha de experiências, a vivência humanizada, como propõe o Papa Francisco e que a todos enriquecerá, seguramente.

Um Fraterno abraço para todos/as,

S. João da Talha, junho de 2023

Deolinda Machado
(Presidente)

ESTÁGIO 1º ANO DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL



De 6 de março a 14 de abril, acolhemos a estagiária Rochelle Nunes, aluna do 1º ano do Curso de Animação Sociocultural do ISCE – Instituto Superior de Lisboa e Vale do Tejo. Este estágio consistiu em observação/ ação, no qual a aluna apresentou um plano de ação para o último dia de estágio. Este plano desenvolvido através da técnica criativa do Turbilhão de Ideias, envolveu o público-alvo numa viagem ao Japão, partilhando costumes, tradições, gastronomia, locais de interesse cultural, etc. A atividade teve avaliação positiva por parte dos participantes, aguçando a curiosidade para uma nova experiência gastronómica.

PÁSCOA

A Páscoa passou pelo Polo Comunitário, deixando muita animação e alegria de podermos comemorar esta data significativa com a elaboração e distribuição de broas de erva-doce e canela tornou esta época mais doce.
Mais um reforço nas relações interpessoais entre os nossos idosos e do trabalho colaborativo de cada um para o sucesso da iniciativa!





EXPOSIÇÃO FOLIÕES SEM IDADE







A Câmara Municipal de Loures (CML), através da Área de Desenvolvimento dos Recursos Sociais, e em parceria com as instituições com resposta social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Centro de Convívio, realizou em fevereiro a iniciativa "Foliões sem Idade". Esta traduziu-se numa Mostra Fotográfica alusiva ao Carnaval, uma efeméride com fortes tradições no Concelho de Loures, onde pretendeu-se dar enfoque ao envelhecimento ativo, centrado na área sócio recreativa para com os seniores em contexto institucional.
Tendo em conta que alguns dos clientes/ utentes que participaram na presente ação não tiveram possibilidade de visitar a exposição, os técnicos da CML calendarizaram a itinerância da mesma pelas instituições, para que deste modo pudesse ser visionada por todos.
Assim sendo, recebemos nas nossas instalações no período de 10 de abril até ao dia 17 de abril, a Mostra Fotográfica no nosso Átrio. Deste modo, todos os que não tiveram possibilidade de se deslocar ao Continente de Loures para a visitar, puderam fazê-lo nesta data, inclusive trabalhadores, cooperadores, familiares e amigos.

CAÇA AOS OVOS

No dia 17 de abril, imbuídos do espírito pascal, concretizámos uma Caça aos Ovos no âmbito do Projeto "Amigos de Todas as Idades", com os alunos do Agrupamento de Escolas de São João da Talha. Primeiramente, foi efetuado um jogo com divisão do grupo por equipas compostas por residentes e clientes de Centro de Dia e alunos. Foram colocados desafios e questões culturais que, mediante resposta, foram atribuídas pontuações que determinaram o tempo disponível para a procura dos ovos. Esta atividade visou estimular a cooperação e resiliência dos participantes e das pessoas mais velhas.
Após apuramento da equipa vencedora, lanchámos e convivemos num ambiente de boa disposição e alegria.



JOGRAIS



A turma de Jograis da Academia de Saberes de Loures, mostrou-se disponível para trazer ao Polo Comunitário Os Amigos de Sempre uma atuação rica em património imaterial.
No dia 20 de abril, este grupo de Jograis animou a nossa tarde, com temas atuais que estimularam o espírito crítico dos presentes. As gargalhadas foram o ruido de fundo constante, fazendo esquecer as dores, os problemas e ficaram revigorados com a energia contagiantes deste grupo. Ficou a promessa do regresso!

ESTÓRIAS MAIORES

A Biblioteca José Saramago de Loures sai à rua, transportada pelas técnicas do equipamento que dinamizam as Estórias Maiores. Mensalmente, somos presenteados com as suas presenças e leituras que nos trazem. Nas sessões, é-nos permitido dar asas à nossa imaginação, reavivando memórias. Após ouvirmos com atenção cada palavra, cada frase, surgem partilhas de situações vivenciadas ou opiniões sobre determinado assunto ou situação retratado nas obras apresentadas.



25 ABRIL





A data que marcou o princípio do fim do regime ditatorial jamais pode cair no esquecimento.
A União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, fazendo jus à tradição, também não esquece as instituições parceiras, entregando cravos aos trabalhadores, residentes e clientes de Centro de Dia, recordando abril e o seu marco histórico. Obrigada!

PROGRAMA EU SOU DIGITAL





O programa EUSOUDIGITAL tem como principal objetivo a capacitação digital de portugueses, com mais de 45 anos, no acesso à internet, com a ajuda de Mentores/Voluntários. No âmbito deste Programa, tivemos a possibilidade de acolher os alunos da Escola Secundária Dr. António Carvalho Figueiredo, no dia 12 de maio, das 10h00 às 12h00.
Para além da promoção da capacitação digital das pessoas mais velhas, esta é também uma forma de fomentar o voluntariado jovem, reforçando a solidariedade intergeracional e as dinâmicas interinstitucionais.

CAMPANHA IRS





Com a Missão de dar a conhecer o contribuinte institucional à população residente na União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, constituíram-se dois grupos de trabalhadores que, voluntariamente, deram o seu contributo na distribuição de panfletos publicitários. Apesar de não haver registo fotográfico do 1º grupo, agradecemos a ambos os grupos e a cada elemento que participou, dando o seu tempo e esforço, abraçando a causa. A consignação do IRS permite encaminhar uma parte do imposto que seria a favor do Estado para uma entidade ou associação à escolha, sem qualquer custo. O Estado abdica de 0,5% do seu IRS e envia estes 0,5% já liquidados para uma entidade beneficiária. Ao escolherem o Polo Comunitário Os Amigos de Sempre contribuem para a continuidade e crescimento deste Projeto! OBRIGADA!

ESTÁGIO 1ºANO DO CURSO DE ENFERMAGEM DA UCL





O Polo Comunitário acolheu pela primeira vez estagiários de enfermagem, com o propósito de complementar a sua formação na componete Ensino Clínico 2 - Introdução à Prática de Cuidados do 1º Ano – 2º Semestre, do Curso de Licenciatura em Enfermagem, da Universidade Católica de Lisboa. De 18 de abril a 11 de maio, num total de 91h, contámos com a presença de 8 alunas e 2 orientadoras de estágio que, com o contributo da equipa de enfermagem e ajudantes de ação direta do Polo Comunitário, tiveram oportunidade de concretizar os objetivos da formação em contexto prático. A experiência foi muito positiva, culminando com uma formação básica de Primeiros Socorros para os trabalhadores, pelo que ambicionamos futuramente a continuidade da parceria estabelecida.

RUGAS DE SORRISO – VIOLÊNCIA DOMÉSTICA



Contactos importantes:

- ✓ Espaço Vida – Resposta Integrada de Apoio à Vítima do Concelho de Loures 800 500 333 (chamada gratuita) – dias úteis das 9 às 20h
- ✓ PSP (24h) – 21 765 42 42
- ✓ GNR (24h) – 21 973 73 20 (posto de S. Julião Tojal) 21 968 88 00 (posto de Bucelas)
- ✓ Linha Nacional de Emergência Social (24h) – 144 (chamada gratuita)
- ✓ INEM (24h) – 112 (chamada gratuita)
- ✓ Serviço de Informação a Vitimas de Violência Doméstica / CIG (24h) – 800 202 148 (chamada gratuita)
- ✓ Linha do Cidadão Idoso (24h) – 800 203 531 (chamada gratuita)
- ✓ Ministério Público / Tribunal de Loures – 21 982 52 00 Dias úteis das 9 às 12h30 e das 13h30 às 16h00
- ✓ A sua unidade de saúde / hospital

No âmbito da Projeto "Rugas de Sorrisos", a ação "Violência doméstica contra a pessoa idosa", concretizou-se nas instalações do Polo Comunitário no dia 21 de abril de 2023, pelas 11h00, dinamizada pelo Espaço Vida – Resposta Integrada de Apoio à Vítima do Concelho de Loures.

Esta ação desmistificou o conceito de violência, mostrando a sua transversalidade e alertando para os vários tipos de violência de que podemos ser alvo. Foram também debatidas questões legais que surgem à medida que envelhecemos e ficamos sob a responsabilidade de outrem.

DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA



O Dia Internacional da Família foi vivido de forma especial, uma vez que no âmbito do Projeto "Amigos de Todas as Idades", os encarregados de educação fizeram questão de ter um papel ativo, preparando uma dramatização para apresentar aos presentes.

A dramatização a que tivemos a honra de assistir relembrou-nos a importância de um abraço e que a demonstração de afeto é o melhor presente que podemos oferecer e sem custos associados.

MOSTRA SOCIAL E DIA DA FAMÍLIA – "HÁ FESTA NA MATA"







A Mostra Social e as comemorações do Dia da Família, promovidas pela Comissão Social da União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, realizaram-se nos dias 19 e 20/05/2023. O Polo Comunitário Os Amigos de Sempre participou com uma banca para promoção da instituição, nos dois dias. No primeiro dia, com o apoio logístico facultado pela União de Freguesias, foi possível concretizar um piquenique que contou com a participação de clientes de Centro de Dia e de residentes em ERPI.

Muitas foram as atividades disponíveis para celebrar em família e com o desafio lançado, tivemos familiares que nos acompanharam nesta aventura, o que muito nos enalteceram pela sua presença e suporte. As sessões de atividades físicas, dança, música, teatro, artesanato, entre outras coisas, tornaram esta "Festa na Mata inesquecível".






Agradecemos pela oportunidade de termos novas experiências pois acreditamos que NÃO HÁ IDADE PARA… seja com 25 ou aos 98 anos, existem sempre experiências que alimentam a nossa alma e dão sentido à nossa vida.
Que o próximo ano seja tão ou mais divertido e que nos preencha o coração como este! O nosso MUITO OBRIGADA às voluntárias, famílias e equipa que deram de si para uma participação ativa neste evento, em todas as frentes!

B2Learn – SIC ESPERANÇA



A SIC Esperança através da parceria com a empresa FUJITSU, no âmbito do Projeto B2Learn, apresentou-nos a Dra. Rita Pinto que nos acompanhou num processo de mentoria que teve início a 9 de dezembro de 2021 e que terminou no dia 14 de abril de 2023. Este projeto permitiu o crescimento da equipa técnica ao nível da aquisição de competências ao nível da comunicação, mas também elevou a Instituição a um marco de mudança, uma vez que o embrião do nosso novo logotipo contou com o apoio técnico da Dra. Catarina Félix.
Agradecemos a oportunidade pessoal e profissional de contarmos com um suporte técnico e profissional excecionais, que nos permitiram melhorar a imagem institucional e a forma de comunicar, integrando-nos nas redes sociais e aperfeiçoando estratégias para darmos a conhecer quem somos e o que fazemos. Obrigada às entidades envolvidas, em especial à nossa mentora Rita Pinto!

SEXUALIDADE

No seguimento do Projeto “Rugas de Sorriso” estivemos à conversa sobre sexualidade, com um Psicólogo especialista na matéria.
A sexualidade ainda é um tema tabu nos dias que correm, principalmente quando se trata da sexualidade das pessoas mais velhas. Nada como dar voz aos principais interessados, para quebrar o estigma e expor de forma natural os desejos, as visões, os sentimentos, as preocupações e dúvidas.



ESCOLA SECUNDÁRIA DE SÃO JOÃO DA TALHA



No dia 24 de maio, fomos recebidos no auditório da Escola Secundária de São João da Talha, para assistirmos ao filme sobre Amadeu de Souza Cardoso, realizado pelos alunos. Para além da visualização do filme, tivemos oportunidade de assistir à atuação do Coro dos Professores e apresentação de alguns alunos, com a professora de música, com uma apresentação de flauta. Foi uma tarde muito bem passada em ambiente escolar, na qual ainda foi possível visitar rapidamente a Biblioteca escolar, antes do regresso a casa.

FESTIVAL DE CURTA METRAGEM - CLDS

O CLDS 4G Loures + Inclusiv@ despediu-se da comunidade com a concretização da cerimónia de entrega de prémios do III Festival da Curta-Metragem e Evento Final, que se realizou no dia 26 de maio, pelas 19h, no Auditório do Centro de Acolhimento para Refugiados – Bobadela.

Esta iniciativa contou com a presença das entidades parceiras que, ao longo destes 3 anos, integraram os diferentes projetos desenvolvidos. As sementes foram deixadas e começaram a germinar, pelo que agora cada entidade cuidará das suas sementes para que as se desenvolvam, as plantas cresçam e se colham os seus frutos. Um agradecimento à equipa CLDS, pela perseverança no alcance dos objetivos a todos os níveis!



RECRIAÇÃO HISTÓRICA "O CERCO A LISBOA"

No dia 2 de junho, estivemos no Ecoparque de São João da Talha, no cenário da Recriação histórica, sob o tema "Cerco a Lisboa". Tivemos oportunidade de assistir a teatros, danças, mercado medieval, artesanato e gastronomia da época. Foi uma tarde diferente e divertida, com este registo fotográfico para mais tarde recordar!!





EXPOSIÇÃO AMIGOS DE TODAS AS IDADES



O projeto "Amigos de Todas as Idades" chegou ao fim com o culminar do ano letivo. E para encerrar o ciclo de atividades, as professoras responsáveis montaram no corredor do Piso 0 a exposição com as fotografias de todas as atividades desenvolvidas com o Polo Comunitário Os Amigos de Sempre e na Escola Jorge de Barros, no Estacal Novo. Esperamos dar continuidade a esta parceria no próximo ano letivo, dada a sua relevância na comunidade escolar e institucional.

EXPOSIÇÃO LITERATURA PELA PAZ

Ao longo do mês de junho, no átrio do Polo Comunitário, tivemos disponível para visita a Exposição "Literatura pela Paz" que nos foi cedida temporariamente pela Biblioteca Ary dos Santos.

Esta exposição visa contribuir para a tomada de consciência dos inúmeros problemas que subsistem, continuando a afetar os mais vulneráveis. A mudança de mentalidades e de comportamentos são assim essenciais, por forma a garantirmos os Direitos Humanos e consequentemente a PAZ. São várias as obras identificadas e que podemos ler para compreender e divulgar os temas propostos.

"Guerras vi muitas e são todas iguais, mas nada muda mais um lugar do que a paz." [Clara Ferreira Alves in *Pai Nosso*]



SANTOS POPULARES





A véspera de São João contou com o empenho do grupo de cantores e de marchantes d' Os Amigos de Sempre. Uma tarde de alegria para os participantes e para a plateia. Segundo as palavras de uma residente, dos ensaios à atuação estreitámos de novo a união entre Centro de Dia e Estrutura Residencial, deitando para trás das costas os momentos difíceis das adaptações pós pandemia. Para além da diversão inerente ao processo e resultado final, usufruímos do lanche popular com caracóis, chouriço, broa e bolo.





ESTÁGIOS DO CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE SAÚDE - AESJT





Durante 3 meses, o Tiago, a Iara e a Verónica, de forma rotativa, realizaram o seu estágio do Curso Profissional de Técnico de Saúde, passando pela experiência das três respostas sociais, onde tiveram oportunidade de colocar em prática a teoria e de adquirir aprendizagens em contexto real de trabalho que, certamente, os tornarão mais ricos enquanto pessoas e profissionais. Muito Obrigado!

GALA DE ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO ACADEMIA SENIOR

No dia 26 de junho, fomos convidados a marcar presença na Gala de Encerramento do Ano Letivo da Academia Sénior, cuja temática incidiu sobre "Noite de Cabaret".

Em nome da já longa parceria entre o Polo Comunitário Os Amigos de Sempre e a Academia Sénior, a Dra. Teresa Pires foi convidada a transmitir uma Oração de Sapiência aos presentes.

Uma noite repleta de surpresas e muita animação, salientando a importância do envelhecimento ativo e envolvimento da comunidade.



www.amigosdesempre.pt
www.facebook.com/osamigosdesempre/
www.instagram.com/osamigosdesempre/

Rua Palmira Bastos, nº11 Bairro da Esperança – Vale Figueira
2695-799 São João da Talha
Tel.: 211 818 122 Fax: 211 818 106
Tlm: 968 924 545

FICHA TÉCNICA
Direção: Deolinda Machado
Propriedade: Polo Comunitário Os Amigos de Sempre
Coordenação: Equipa Técnica
Periodicidade: Trimestral