OS AMIGOS DE SEMPRE

PLATAFORMAS SUPRACONCELHIAS GRANDE LISBOA E OESTE

NEWSLETTER Nº 42 | SETEMBRO 2023

A (IN)SUSTENTABILIDADE DAS VIDAS E DAS INSTITUIÇÕES

Estamos a entrar no outono, num misto de cor e de cheiro a castanhas, mas queremos que o perfume da primavera continue a florescer nas nossas vidas, nas vidas de *todos, todos, todos,* e não apenas de alguns.

No tempo presente e no futuro torna-se incontornável o tema (in)sustentabilidade, que preocupa cada vez mais as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), bem como equiparadas - as Cooperativas de Solidariedade Social, de entre outras Instituições com idênticos propósitos.

Falar de sustentabilidade exige uma ponderada análise a vários ângulos de abordagem sobre a vida das pessoas e das Instituições, que se querem saudáveis, elevando a qualidade e a humanização dos serviços, para que os seus utentes vivam dias de verdadeira primavera, e os seus trabalhadores e dirigentes sintam que vale a pena todo o esforço e empenhamento, em unidade na ação.

Recebemos, com muito agrado, na nossa Instituição, a visita do Dr. José Carlos Batalha com quem refletimos sobre alguns destes temas da atualidade social. Foi uma boa reflexão com o Presidente da Direção da UDIPSS-Lisboa e simultaneamente Presidente da Assembleia Geral da CNIS, que sublinhou a "excelência das instalações" e considerou que o encontro "foi um excelente e muito rico momento".

Continuaremos este nosso trabalho, confiantes no reforço da ação, no sentido de pugnar por soluções conjuntas que afirmem a dignidade e a justiça social para todos, face ao aumento do custo de vida, que contrasta com as baixas remunerações e pensões de reforma, cujo peso se repercute na vida das pessoas e das Instituições.

S. João da Talha, setembro de 2023

Deolinda Machado
(Presidente)

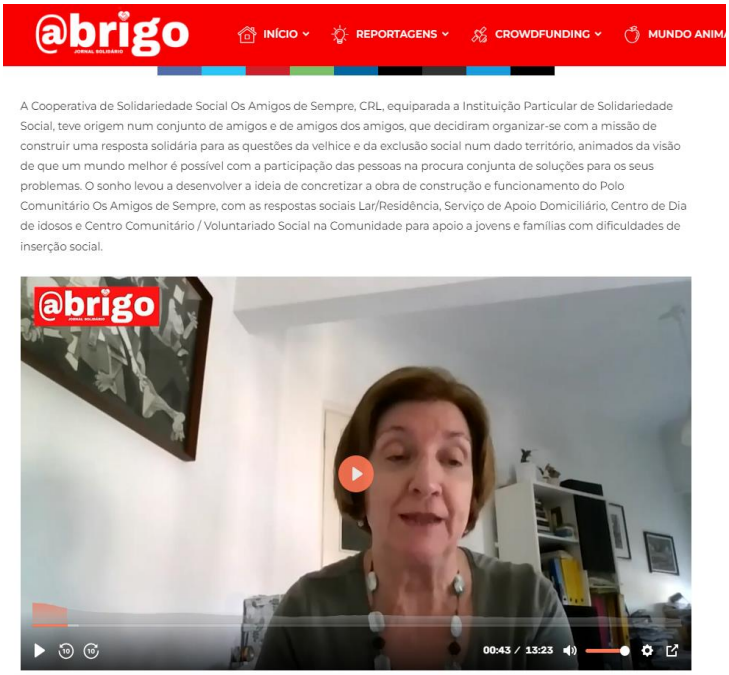
VISITA À BIBLIOTECA ARY DOS SANTOS



No dia 19 de julho, levámos os residentes que integram o projeto "Bibliotecas em sua Casa" a conhecer as instalações da Biblioteca Ary dos Santos, em Sacavém. A visita guiada permitiu disfrutar da Exposição de Artes Plásticas "Tanto Mar… Tanto Mar" em homenagem a Chico Buarque, bem como da Exposição de Ilustrações de Filipa Malvas "As portas que abril abriu", poema de Ary dos Santos.
O grupo partilhou as recordações que os dois poemas avivaram, deliciou-se com o espaço visitado e ficou a promessa de voltarmos mais vezes para fruir deste espaço tão agradável.
Um agradecimento especial à técnica Dina Dias pelo acolhimento e empenho neste dia e ao longo da parceria estabelecida.



ENTREVISTA AO PORTAL NOTICIOSO “ABRIGO”



O portal noticioso "Abrigo", solicitou a realização de uma entrevista à nossa Presidente do Conselho de Administração, Deolinda Machado, para conhecer melhor o nosso projeto. A entrevista foi conduzida pelo diretor, José Vieira. Esta entrevista possibilitou dar a conhecer a génese do projeto OS AMIGOS DE SEMPRE, bem como as forças que nos movem diariamente no construto de um mundo melhor, seja na qualidade dos serviços que dispomos no âmbito do apoio aos idosos na União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, como na melhoria sistemática das condições de trabalho dos profissionais que nos acompanham nesta grandiosa missão, mas também nos projetos que desenvolvemos na procura de respostas que tornem a instituição num modelo de responsabilidade social, ambiental e de sustentabilidade económica.

Aceda ao link para ver e ouvir a entrevista integral: https://lnkd.in/dGFSK8Wx

DONATIVO CENTURY 21 NAÇÕES

A Century 21 Nações, contribuiu para a modernização do nosso mobiliário de jardim, com o donativo de mobiliário de exterior. Os Amigos de Sempre agradecem a generosidade da empresa, pois estes donativos fazem toda a diferença.

O nosso espaço exterior torna-se desta forma mais agradável, acolhedor e revigora todos os que dele usufruem. Agora, podemos fazê-lo com mais qualidade e estabilidade, uma vez que o mobiliário antigo estava a acusar a degradação natural com o passar dos anos.



GESTO MISSIONÁRIO JMJ2023



No dia 28 de julho, no âmbito das Jornadas Mundiais da Juventude, acolhemos a iniciativa Gesto Missionário.

O grupo de voluntários que esteve connosco veio com o propósito de nos dar a conhecer a JMJLisboa2023 através de música, dança, conversa, oração e jogos, e levar a todos o Amor de Cristo e a alegria da juventude**.**

O convite do Papa para a participação na JMJLisboa2023 foi dirigido a todos**. “Todos estão incluídos neste abraço!”** Esta iniciativa fez com que aqueles que se encontram em condição vulnerável e que não puderam participar presencialmente nesta Jornada, estivessem presentes em cada voluntário que levou a pulseira com os seus nomes colocada no braço. Bem como os nomes dos voluntários ficaram com os nossos residentes e clientes de centro de dia.

A oração e o Hino das JMJ2023 ecoaram em todos nós! Obrigada pela partilha!

APRESENTAÇÃO DO PLANO DE MOBILIDADE JMJ2023

A Câmara Municipal de Loures (CML) promoveu, no dia 18 de julho, uma sessão de esclarecimentos sobre segurança e acessibilidade para agentes económicos durante a Jornada Mundial da Juventude (JMJ), no Pavilhão José Gouveia, em São João da Talha.

O Plano de Mobilidade pretende reduzir ao máximo as perturbações e limitações aos comerciantes e residentes durante este período.

A Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre fez-se representar nesta sessão, para melhor perceber o impacto na circulação e analisar a dimensão das medidas a acautelar para que no período de decurso da JMJ no Parque Tejo tudo corresse pelo melhor.



JORNADAS MUNDIAIS DA JUVENTUDE 2023





À semelhança de muitas outras instituições portuguesas, os residentes quiseram ficar a par de todos os passos do Papa Francisco, desde a sua chegada a Portugal até à sua partida.

De 1 e 6 de agosto, quem não teve possibilidade de participar fisicamente, conseguiu acompanhar pela televisão a reunião de jovens dos quatro cantos do mundo, as celebrações, a partilha e a Missa de Envio. Foi sem dúvida uma semana ímpar e de profunda reflexão. A beleza dos vários momentos vivenciados assemelha-se ao pôr do sol vislumbrado das varandas do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre.

FORMAÇÃO TENA



As lombalgias e a fadiga crónica são fatores que contribuem para grande percentagem do absentismo dentro da classe de prestadores de cuidados. Para evitar as sequelas inevitáveis para a condição dos trabalhadores e perda da qualidade de vida a longo prazo, devemos conhecer e respeitar a mecânica corporal, tornando-se essencial no dia a dia dos prestadores de cuidados, como forma de evitar lesões músculo-esqueléticas. A equipa de Ajudantes de Ação Direta do Serviço de Apoio Domiciliário tiveram oportunidade de frequentar a sessão formativa, promovida pela Tena nas nossas instalações, no dia 16 de agosto, traduzindo-se num elevado benefício para todos nós!

ESTÓRIAS MAIORES





O projeto Estórias Maiores despediu-se para férias, trazendo-nos leitura, imagens, partilhas e conversas interessantes. Como já nos habituaram, sempre que a Mónica Balsa e a Adriana Silva estão connosco, ficamos todos mais preenchidos e desejosos que regressem. Em outubro cá vos esperamos!

ANIVERSÁRIOS











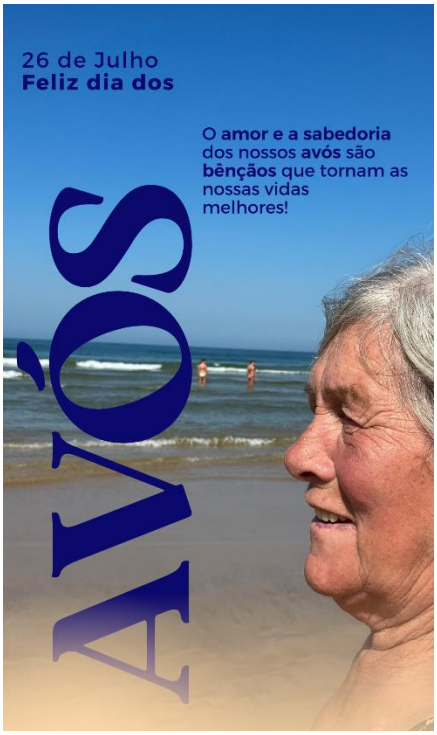


A vida é o nosso bem mais precioso e nem todos tiveram oportunidade de celebrar cada ano no avançar da caminhada. Agora, a disponibilidade é outra e entre dias bons e outros menos bons, a vivência dos aniversários é vivida com a alegria da partilha com os seus familiares e com os seus pares.

Celebrar a vida com gratidão e conexão aos que nos rodeiam, gerando memórias, consolidando o amor-próprio e encontrando sentido para a vida é mesmo muito importante, para que continuemos uma caminhada feliz e solidária até ao fim dos nossos dias.

Passamos o ano inteiro a celebrar e chegou o dia de o destacarmos com o papel positivo que tem para quem faz anos e para todos os que vivem este dia com carinho e partilha. Todas as celebrações são diferentes, mas todas elas causam impacto na generalidade.

DIA MUNDIAL DOS AVÓS







Homenageamos todos os avós, com carinho e apreço pelo contributo social, cultural, educativo, entre outros, que ao longo dos anos vão passando de geração em geração.
Algumas pessoas têm apenas netos do coração e ainda assim transmitem ternura no olhar, partilham os seus conhecimentos, têm sempre um abraço disponível e amor a transbordar. Vamos continuar a cuidar dos Avós que vivem no Polo Comunitário e dos que connosco mantém estreita relação, pois sem dúvida que as nossas vidas ficam mais ricas. A todos os netos, deixamos o desafio de poderem passar pelo Polo e levar os avós ao cinema, a almoçar fora, a passear ou simplesmente vir visitá-los e trazer um álbum de fotografias, entre outras coisas! Tudo importa!

IMPORTÂNCIA DO JOGO







O jogo é uma ferramenta que contribui para o corpo e para a mente, seja jogado de forma individual ou coletiva. Cada jogo tem objetivos específicos. O jogo do burro é muito apreciado pelo nosso público-alvo e ajuda a desenvolver a coordenação motora e a capacidade de concentração dos jogadores.
O Jogo das argolas (jogo tradicional) consiste em atirar as argolas e acertar no pino com o objetivo de desenvolver o raciocínio, a socialização e a coordenação motora. É um jogo ótimo para se jogar ao ar livre. Nós não o utilizamos para fomentar a competição, mas sim a cooperação.
Através da componente lúdica que se torna mais atrativa e eficiente conseguimos alcançar resultados positivos independentemente da autonomia dos participantes.
E como eles se divertem!







GELADO SURPRESA





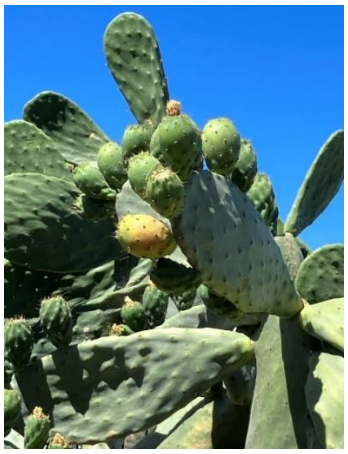
Existe maior prazer do que comer um gelado num dia de calor? Até pode haver, mas neste dia o efeito surpresa tornou o momento especial e permitiu degustar o gelado com entusiasmo.
As surpresas positivas são sempre bem-vindas e sem dúvida que esta trouxe vários benefícios, nomeadamente, boa-disposição, satisfação e memórias boas.

DESFRUTAR DO JARDIM









O nosso espaço verde é rico e desperta os nossos sentidos com cores, aromas e sabores. A “Horta dos Sentidos”, com elementos para salada até ervas aromáticas, tem produzido o suficiente para que os nossos residentes e clientes de Centro de Dia provem produtos biológicos. Para além disso, o compromisso e entreajuda de quem cuida do espaço deve ser reconhecido. Ao longo do verão, quem nos tem dado bons frutos tem sido a Piteira. Muitos provaram o Figo de Piteira pela primeira vez no Polo Comunitário e a maioria agradeceu a experiência, pois ficaram fãs deste fruto.

TRABALHO SOCIAL E ORIENTAÇÃO



O estagiário António Mendes desenvolveu o seu percurso de trabalho social e orientação no Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, de 19 de abril de 2022 a 19 de setembro 2023.
Começou o seu projeto como Auxiliar de Serviços Gerais e mais tarde passou a apoiar a Ajudante de Ação Direta responsável pelo Centro de Dia, desenvolvendo as atividades de apoio no espaço e junto dos clientes, com a supervisão da equipa. Foi um grande desafio para o António e para todos os que diariamente o acompanharam neste período que em muito contribuiu para a sua formação pessoal e profissional.
A equipa da cozinha fez um bolo para assinalarmos o término desta etapa e desejarmos muito sucesso no seu futuro trabalho e também na sua vida pessoal.

OS ALEGRES





No dia 21 de agosto, fomos animados pela boa disposição do Grupo Musical “Os Alegres”, sessão esta oferecida pela Servilusa, ao abrigo da responsabilidade Social da empresa. A união de sinergias entre entidades locais faz toda a diferença no bem-estar da comunidade local e neste caso em concreto, beneficiou os nossos residentes, clientes de Centro de Dia, familiares e trabalhadores com uma tarde que nos enriqueceu culturalmente e despertou emoções que só a música consegue libertar. Um agradecimento à Servilusa pela iniciativa de contato com a nossa instituição e esperamos que esta parceria se possa consolidar com o desenvolvimento de iniciativas futuras.





IMAGEM ATUALIZADA

OS AMIGOS DE SEMPRE
ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS, APOIO DOMICILIÁRIO E CENTRO DE DIA

A renovação da nossa imagem tem sido efetuada de forma faseada e neste mês de setembro ficou marcado com a colocação da nova placa na frente do edifício, bem como foram aplicados os vinis com o novo logotipo em todas as viaturas do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre.
Brevemente teremos mais novidades! Fiquem atentos!



TOD@S CONTRIBUEM NA VIDA EM COMUNIDADE



Viver em comunidade é para muitos um desafio, no entanto, alguns conseguem retirar aspetos muito positivos. O espírito de entreajuda, o contributo com sentido de utilidade no qual se socializa gerando boa-disposição, tornam a vivência em comunidade mais agradável. Existem pequenas tarefas que facilitam o dia a dia da equipa e dos residentes. Muitos são os residentes que utilizam babetes descartáveis, para não se sujarem durante as refeições. Este consumível é adquirido em unidades compactas, pelo que para facilitar a colocação nas mesas ou nos quartos dos utilizadores a sua dobragem prévia facilita em muito os cuidadores e os utilizadores. Aqui encontramos uma equipa de sucesso nesta tarefa!! Bem hajam!

VISITA INSTITUCIONAL



No dia 22 de setembro, destacamos a simpática visita do Dr. José Carlos Batalha, Presidente da Direção da UDIPSS – Lisboa e simultaneamente Presidente da Assembleia Geral da CNIS.

Visitou as nossas instalações e permitiu um diálogo reflexivo e aberto com todos os presentes sobre o setor social e o seu impacto na sociedade portuguesa, assim como os desafios com que se nos atravessamos. A proximidade de entidades que nos representam e são a voz das IPSS a nível nacional, faz com que as nossas preocupações sejam expostas nos locais certos e, certamente, que também refletem preocupações de outras instituições que enfrentam os mesmos desafios diariamente.

OS AMIGOS DE SEMPRE

ESTAMOS A RECRUTAR

AJUDANTE DE AÇÃO DIRETA PARA ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA IDOSOS

AJUDANTE DE AÇÃO DIRETA PARA SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

AUXILIAR DE SERVIÇOS GERAIS

Envie o seu currículo para:
geral@amigosdesempre.pt

DATAS A NÃO ESQUECER NO PRÓXIMO TRIMESTRE

12 OUTUBRO – SESSÃO SOBRE IMPORTÂNCIA DOS ESTÍMULOS (CML)
10 NOVEMBRO – MAGUSTO
21 NOVEMBRO - 14º ANIVERSÁRIO DO POLO COMUNITÁRIO
28 NOVEMBRO – GIVING TUESDAY
14 DEZEMBRO – FESTA DE NATAL

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