

NEWSLETTER Nº 26 **SETEMBRO| 2019**

O POLO COMUNITÁRIO OS AMIGOS DE SEMPRE AUMENTA A SUA CAPACIDADE EM ERPI

O nosso Polo vai fazer 10 (dez) anos!

Inaugurado que foi em novembro de 2009, iniciou de imediato a prestação de serviços à Comunidade local bem assim aos membros da Cooperativa "Os Amigos de Sempre", que está na génese daquele.

Cedo se percebeu que, para o equilíbrio financeiro, seja sustentabilidade económica do empreendimento, seria necessário, por um lado, ocupar totalmente os lugares disponíveis nas suas várias valências e, por outro, aumentar o número de quartos (camas) na sua valência de LAR (ERPI).

Projeto arrojado uma vez que havia de preservar a qualidade das instalações, dos serviços, entretanto já prestados; manter as unidades (núcleos) construídos, obter as necessárias autorizações das várias entidades envolvidas, assegurar o financiamento da obra.

Com o decorrer do tempo e porque os serviços prestados aos utentes se foram tornando algo mais especializados (envelhecimento natural), a premência do alargamento tornou-se mais notória, donde se ter decidido mover algumas salas do 1º andar para o piso 3, dando naquelas lugar a 2 quartos extra (4 camas), mantendo-se, por esta via, a integridade daquele núcleo de quartos.

Aproveitou-se para, neste último piso, construir de raiz salas de Snoezelen e de Gabinete de terapias, para além do Ginásio, este removido do 1º andar. Destes espaços, cujas obras, financiadas ainda pelos empréstimos de muitos dos cooperadores-fundadores, se encontram prestes a terminar, falaremos em momento posterior.

As obras, com início em abril, priorizaram os quartos pelo que os mesmos se encontram operacionais desde setembro, inclusive, o que nos apraz registar e comunicar a todos os que nos leem.

Henrique Leal
Vice. Presidente do CA

DIA MUNDIAL DO CHOCOLATE



O Dia Mundial do Chocolate, dia 7 de julho, não passou em branco no Polo Comunitário Os Amigos de Sempre.
À sobremesa tivemos direito a saborear mousse de chocolate para alegrar o nosso dia. Mencionámos as vantagens do consumo de chocolate com mais de 70% de cacau, tais como: aumento da concentração; redução no risco de ter uma doença cardíaca; alívio do stresse; proteção da pele contra os raios solares.
Porém, o consumo de chocolate deve ser moderado, tal como tantos outros produtos, pois por norma os excessos são prejudiciais.

VISITA GUIADA AO MUSEU DO FADO





O Fado faz parte do nosso património, e há muito que os nossos clientes falavam sobre a possibilidade de conhecerem o Museu o Fado. No dia 23 de julho, cumprimos o prometido e partimos à descoberta, numa experiência que se revelou enriquecedora para os participantes, de acordo com o que nos transmitiram.

Os nossos clientes tiveram oportunidade de conhecer a história do fado, a evolução da guitarra portuguesa, biografias de vários fadistas, bem como tiveram a possibilidade de utilizar tecnologias para a audição e fruição de diferentes fados.





Durante o decorrer da visita, a audição através de fones, potenciou as cantorias. Recordaram-se de fados que ouviram desde a infância até à idade adulta, avivando memórias passadas e partilhando-as com os colegas.

O sentimento saudosista foi generalizado.

Os participantes consideraram que o acolhimento foi excelente, o único reparo a fazer na visita foi o facto de existirem poucos bancos, o que dadas as limitações dos clientes, tornou a visita um pouco cansativa. Mesmo assim, os aspetos positivos superaram as dificuldades e o grupo estava radiante.









DIA DA PSICOMOTRICISTA

A 29 de julho, a Técnica de Reabilitação Psicomotora, esclareceu os nossos clientes sobre a sua profissão.
Muitas são as pessoas que têm dificuldade em pronunciar a palavra Psicomotricista, bem como confundem quais as suas funções.
Uma Psicomotricista ou Técnica de Reabilitação Psicomotora, utiliza o corpo para intervir a nível motor, cognitivo, emocional e social, contribuindo assim, para o desenvolvimento do indivíduo ou a manutenção das suas capacidades.
Ou seja, uma terapeuta, com jogos e atividades desafiantes e divertidas trabalha, entre muitas outras coisas: a dificuldade em andar, saltar, equilibrar-se, manipular objetos, relembrar-se de tarefas, manter a atenção numa atividade, expressar-se verbalmente, adquirir novas aprendizagens, relacionar-se com os outros de forma adequada, manter contato ocular, ter autoconfiança, entre outras.
A sessão decorreu de forma divertida, elucidando os presentes sobre a importância da profissão junto de vários públicos.




PARCERIA COM A BIBLIOTECA ARY DOS SANTOS

Inserido no Programa *Bibliotecas em sua casa*, o Polo Comunitário estabeleceu, no mês de agosto, parceria com a Biblioteca Ary dos Santos. Esta parceria consiste num serviço de empréstimo domiciliário para munícipes com mobilidade reduzida, temporária ou permanente, tornando as bibliotecas mais próximas da população.
Já temos leitores inscritos e acreditamos que esta é uma parceria com futuro, para que os interessados possam manter hábitos de leitura, tendo acesso a obras atuais e de acordo com os seus gostos e interesses.



ENCONTROS AUDIOVISUAIS, VIDA E CULTURA




O voluntário José Pires presenteou os nossos clientes com uma participação especial, de dois amigos, num dos seus encontros audiovisuais, vida e cultura. Tivemos o prazer de os ouvir e aplaudir, numa tarde em que música de qualidade imperou. Entre cantorias e lágrimas, vários foram os pedidos para que cantassem só mais uma.
Grande tarde de verão, inesperada, mas profícua.

Voltem sempre que estejam de passagem por Portugal!

LANCHE AO AR LIVRE




A 23 de agosto, tínhamos planeado um lanche no Parque de Merendas que circunda o Polo Comunitário. No entanto, dada a vaga de calor e o trajeto com poucas sombras, por segurança, lanchamos ao ar livre no espaço de jardim junto ao salão. Os clientes consideraram menos cansativo e agradável do mesmo modo, saboreando uma deliciosa limonada e um bolo preparado para diabéticos para que todos pudessem usufruir do momento.
A vontade de repetir ficou no ar, uma vez que se divertiram, alterando a rotina.
Por vezes, o nosso dia ganha uma cor diferente com pequenos gestos!





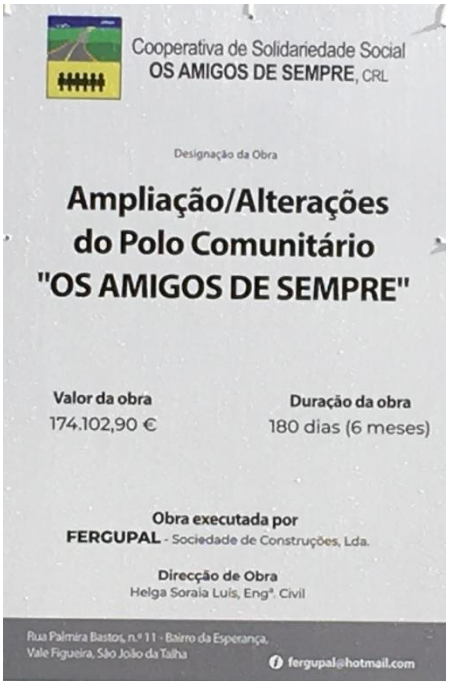
PASSEIO SÉNIOR 2019



No dia 18 de setembro, alguns dos nossos clientes de centro de dia e ERPI participaram na 39.ª edição do Passeio Sénior, organizado pela Câmara Municipal de Loures.
Durante a manhã, os seniores puderam visitar o centro da cidade de Setúbal, passando por locais como o Mercado do Livramento, Parque Urbano do Albarquel, Casa da Baía ou o Centro Interpretativo dos Golfinhos do Sado, entre outros. O programa contou ainda com um almoço/convívio, seguido de um baile, no concelho de Palmela.

ANTES E DEPOIS DA OBRA NO POLO COMUNITÁRIO





No dia 1 de abril de 2019, tiveram início as obras de ampliação/alteração no Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, cumprindo o prazo de término das mesmas. Como tal, ilustramos as mudanças efetuadas, para que conheçam a nova estrutura.





A sala de Núcleo 1 foi transformada em dois quartos, destinados a clientes com maior dependência, com wc adaptado no exterior dos mesmos. Por sua vez, a Sala de Núcleo 1 foi mudada para a Sala do Conselho de Administração, que também foi transferida para a Biblioteca. Com a construção dos quartos e WC, o gabinete de apoio (AAD) também foi transformado, bem como, foi adaptado um WC exclusivo para colaboradores no Piso 1.








No Piso 0, foi reduzida uma das arrecadações dando lugar a um novo gabinete para a responsável da Equipa de Cozinha, possibilitando que no antigo gabinete fosse colocado o bastidor que estava anteriormente no gabinete técnico.





No Piso 3, construiu-se um ginásio com maiores dimensões que o atual, uma sala snoezelen (estimulação sensorial) e um gabinete para terapia da fala ou outras.



















Concluídas as obras de ampliação, demos início às obras de requalificação/manutenção do edifício.




ASSEMBLEIA GERAL DE COOPERADORES

Relembramos todos/as os/as cooperadores/as, que a Assembleia Geral Ordinária irá decorrer no dia 23 de novembro de 2019 às 13h30 (14h30 em segunda convocatória) nas instalações do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre.

Contamos com a vossa presença!

PARTICIPAÇÃO NA NATALIS 2019



Nós vamos lá estar!

Visite-nos!

PRESENTES ORIGINAIS


Veste garrafas


Presépios






Pesos para portas




Árvores de Natal


Porta-chaves

FAÇA A SUA ENCOMENDA! tecnicas@amigosdesempre.pt

EVENTOS A NÃO PERDER

31 OUTUBRO	HALLOWEEN
11 NOVEMBRO	S. MARTINHO
21 NOVEMBRO	10º ANIVERSÁRIO DO POLO
DE 4 A 8 DEZEMBRO	NATALIS
DEZEMBRO	EUCARISTIA DE NATAL
14 DEZEMBRO	FESTA DE NATAL

geral@amigosdesempre.pt
www.amigosdesempre.pt

Rua Palmira Bastos, nº11 Bairro da Esperança Vale de Figueira 2695-799 São João da Talha
Tel: 211818122 Fax: 211818106
Tlm: 968923110

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