OS AMIGOS DE SEMPRE

PLATAFORMAS SUPRACONCELHIAS GRANDE LISBOA E OESTE

NEWSLETTER Nº39|dezembro 2022

INAUGURAÇÃO ACADEMIA SÉNIOR





No dia 3 de outubro foi inaugurado oficialmente o novo espaço Academia Sénior em São João da Talha, localizado na antiga sede de Junta de Freguesia. Todos os parceiros, alunos e amigos da Academia Sénior estiveram presentes para assinalar este momento importante e marcante na vida da Academia.

O Conselho de Administração da Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre marcou presença no evento, em nome da parceria instada desde a génese da Academia na comunidade.

O nosso Bem Haja e desejos de muito sucesso!

A LIBERDADE, A DEMOCRACIA E A PAZ ESTÃO EM CONSTRUÇÃO TODOS OS DIAS.

É preciso cuidar do Bem Comum, SEMPRE!

O sentido da vida não se pode reduzir aos nossos interesses pessoais, mas inscreve-se na fraternidade que nos caracteriza. Só crescemos com os outros e graças aos outros, escreveu *Fr. Bento Domingues O.P. (In Público* de 18/09/2022).

O Papa Francisco desafia-nos a uma constante reflexão, escuta e ação permanentes, com vista a um compromisso concreto de participação na vida toda, em convergência com outras pessoas de diferentes culturas e religiões, na procura de soluções comuns, estruturais, conducentes a uma paz duradoura.

Urge reforçar a unidade na ação entre os povos e as organizações que lutam pela dignidade da pessoa, pela paz, pela emancipação cívica, económica, social e cultural, combatendo as desigualdades, as discriminações, as injustiças, o racismo e a xenofobia.

É possível e é urgente erradicar a pobreza e a fome. É possível e é urgente construir a paz, distribuindo melhor a riqueza e canalizá-la para a produção de alimentos e de outros bens essenciais às populações, em vez de investir na produção de mais armamento, no negócio da guerra, o que torna o mundo mais perigoso e inseguro. Urge envidar esforços no *desarmamento geral, simultâneo e controlado*, como refere o artigo 7º da Constituição da República Portuguesa, e ter presentes os princípios constantes da Carta das Nações Unidas. Urge ratificar o Tratado de proibição das armas nucleares, seguindo o Papa Francisco, no Vaticano - o primeiro Estado a fazê-lo.

Em unidade, cristãos e não cristãos, façamos como milhares de mulheres cristãs, muçulmanas e judias que, marchando pela paz, afirmaram que a paz é possível e que é um dever de todos.

(Excerto de um artigo publicado pela autora no Site *Terra da Fraternidade)*

Um abraço amigo,

Deolinda Machado

(Presidente)

HOMENAGEM AO COOPERADOR ARTUR LEMOS DE AZEVEDO



“Para ser feliz há só uma idade, o presente: com amor e partilha, sonhos e esperança, memórias e saudade e paixão pela vida”.

ARTUR LEMOS DE AZEVEDO (1938-2020).

No dia 8 de outubro, pelas 14h30, decorreu a merecida Homenagem ao Cooperador, amigo, familiar e Homem Artur Lemos de Azevedo que partiu no dia 9 de maio de 2020. Na data da sua partida viviam-se tempos difíceis e atípicos devido à pandemia que nos assolou a todos. Volvidos dois anos, considerou-se oportuno celebrar a vida de um Homem que muita saudade deixou em todos aqueles com quem se cruzou ao longo da sua vida em várias fases e projetos diferenciados. “Na Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre, [citando Vitor Gouveia] foi um capital social importante no desenvolvimento de conhecimentos, capacidades e competências”.

Esta sentida homenagem contou com a apresentação da atriz Isabel Medina, discursos dos representantes institucionais, vídeo com depoimentos dos amigos e da sua ligação ao Polo, mensagem dos seus irmãos, concerto proporcionado pelos netos, neto do cooperador José Pires, grupo de amigos *Os Folgadinhos* e do Coro da Portela “Canticorum” e culminou com um lanche convívio.

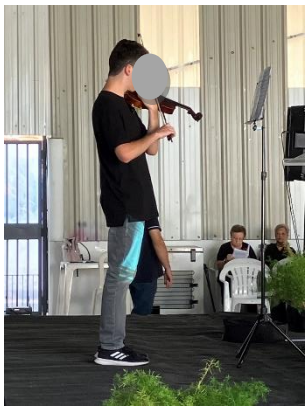
















Os amigos tornam-nos herdeiros

Alguns amigos tornam-nos herdeiros de um lugar, outros de uma morada, outros de uma razão pela qual viver.

Certos amigos deixam-nos o mapa depois da viagem, o barco em qualquer enseada, oculto ainda na folhagem, ou o azul desamparado e irresistível que lhes serviu de motivo para a demanda.

Há amigos que nos iniciam na decifração do fogo, na escuta dos silêncios da terra, no entendimento de nós próprios.

Há amigos que nos conduzem ao centro dos bosques, à geografia das cidades, ao segredo que ilumina a penumbra do templo, à bondade de Deus.

Padre Tolentino Mendonça

ASSINATURA DO CONTRATO DE AQUISIÇÃO DE VIATURA



No dia 18 de outubro, na sequência da nossa candidatura ao Plano de Recuperação e Resiliência (PRR) para "Aquisição de Viatura Ligeira de Mercadorias Transformada 100% elétrica", a Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre assinou contrato com a empresa vencedora do concurso no âmbito do processo de contratação pública, a VTE, Lda.
Esta viatura terá um custo de 41.512,50€, sendo que o subsídio através do PRR é de 25.000,00€. Através da campanha Giving Tuesday, o Polo Comunitário fez uma angariação de fundos para obter o remanescente. A previsão estimada de entrega do veículo será no primeiro trimestre de 2023.

40º ANIVERSÁRIO CURPI DE SÃO JOÃO DA TALHA







A 21 de outubro, a CURPI DE São João da Talha organizou um seminário para assinalar o seu aniversário, intitulado "CURPI 40 ANOS PERCURSOS E DESAFIOS". O Polo Comunitário foi convidado a partilhar a sua experiência na área do Snoezelen, integrando o painel "Animação: novas dinâmicas no quadro da degradação cognitiva". Para tal, a Técnica de Reabilitação Psicomotora, Ana Rita Silveiro, esclareceu conceitos e apresentou o contexto prático da intervenção psicomotora e da terapia Snoezelen na intervenção preventiva da degradação cognitiva, bem como a intervenção em quadros demenciais avançados ou como complemento não farmacológico de outras patologias com comprometimento físico e cognitivo. Sem dúvida, um dia muito bem passado!

FEIRA SÉNIOR





Nos dias 28 e 29 de outubro, no antigo mercado de Vale Figueira, realizou-se a Feira Sénior. Este evento foi promovido pelo CLDS 4G Loures + Inclusiva em parceria com a União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela, Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, Comissão Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos de Santa Iria de Azóia e Comissão Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos de Vale Figueira. Do programa constaram stands, ateliers, participações artísticas, debates e muito convívio. A residente Mª Carmo Reis subiu ao palco na abertura da feira para partilhar a sua experiência durante o desenvolvimento do Projeto "Reavivar Memórias", decorrido em 2021, salientando o impacto positivo que o projeto teve em si e nos seus colegas.






Um grupo de Centro de Dia participou nos ateliers previstos e o resultado ficou estampado nos seus rostos. Venham mais iniciativas que unam a comunidade em prol das boas práticas!

DIA DAS BRUXAS/HALLOWEEN




O Dia das Bruxas foi comemorado com uma ginástica de susto. A parte inicial contou com uma explicação sobre esta comemoração proveniente de aculturação.

Para os mais velhos, a tradição da sua infância era a do "Pão por Deus" que hoje em dia alguns locais do interior ainda mantém. O Halloween diz-lhes pouco ou nada, mas acham graça às crianças que vibram com o "doce ou travessura?!"

Para terminar, celebramos o aniversário de um anjo improvisado.

PROJETO "AMIGOS DE TODAS AS IDADES"



Estabelecida parceria com a Escola Básica Jorge de Barros de São João da Talha, situada no Bairro do Estacal Novo.

Esta parceria pretende um intercâmbio através do desenvolvimento do Projeto "Amigos de Todas as Idades" inserido na disciplina de Projeto do 5ºH.

Promover encontros intergeracionais, aproximar comunidades, educar para os valores, entre outros, são alguns dos objetivos delineados para o decorrer das várias intervenções previstas no desenvolvimento do Projeto.

MAGUSTO





Em Dia de S. Martinho castanhas não podem faltar, nem chouriço assado nem batata doce. Todas as respostas sociais assinalaram a data, aquecendo o estômago e a alma com o prazer da degustação deste fruto da época tão apreciado seja assado ou cozido.

ESTÓRIAS MAIORES



"ESTÓRIAS MAIORES" é um projeto direcionado à população sénior, com particular enfoque nos utentes de instituições do concelho de Loures. Pretende oferecer uma resposta diferenciada e inclusiva no âmbito da animação cultural, literária e social, com sessões de mediação da leitura em articulação com o cinema, a música e a fotografia. Este projeto tem por objetivos oferecer alimento à criatividade e ao imaginário, promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida e proporcionar momentos de reflexão e partilha.
No dia 17 de novembro e no dia 22 de dezembro decorreram as sessões iniciais de aproximação ao grupo. A partir de janeiro 2023, as sessões terão uma periodicidade quinzenal. Acompanhe este projeto!

BIBLIOTECAS EM SUA CASA



O Projeto "Bibliotecas em sua casa" tem vindo a crescer junto da nossa comunidade de leitores da Estrutura Residencial. A regularidade e a periodicidade de entrega e recolha de livros aumentaram, bem como tem sido fomentado o gosto e interesse pela leitura.
No período natalício, os leitores foram presenteados com um miminho da Biblioteca Ary dos Santos, incentivando a que continuem esta prática de empréstimos, mantendo viva a interação com a Biblioteca e seus técnicos.

13º ANIVERSÁRIO DO POLO





No dia 21 de novembro, celebrámos o 13º Aniversário com a presença dos alunos, professores e encarregados de educação do Projeto "Amigos de Todas as Idades", da Escola Básica de São João da Talha, sediada no Estacal Novo. Os alunos fizeram uma visita guiada à instituição e no final tiveram a oportunidade de conhecer os residentes e clientes de Centro de Dia, apresentando-se e colocando questões e curiosidades sobre a instituição. Após o término das partilhas de parte a parte, cantámos os parabéns conjuntamente e pudemos disfrutar do lanche/convívio.
No dia 26 de novembro, a celebração do aniversário do Polo Comunitário teve continuidade após a Assembleia Geral Ordinária da Cooperativa, contando com os cooperadores presentes para assinalar esta data tão importante para todos os que conceberam este projeto e que lhe dão vida sob várias formas.
Assinalámos 13 anos carregados de simbolismo, determinação e dias muito felizes. Que venham muitos mais anos de determinação em alcançar as melhores memórias!





SELO BOAS PRÁTICAS





No dia 28 de novembro, participámos na cerimónia de atribuição do *Selo de Boas Práticas de Intervenção Social,* na qual fomos distinguidos com o selo atribuído ao projeto "Terapia Snoezelen – Estrutura Residencial para Idosos".

Este selo poderá ser utilizado durante o período de dois anos, divulgando a distinção recebida e fazendo uso desse distintivo, nomeadamente, nos produtos, folhetos e publicações, na publicidade e em outras atividades económicas e sociais que desenvolvemos. Foi a nossa primeira candidatura ganha, o que muito nos orgulha!

GIVING TUESDAY



A Cooperativa tem o propósito de promover o Polo Comunitário como um edifício mais sustentável, através da melhoria do seu desempenho energético e ambiental. Em junho de 2022 a produção de energia fotovoltaica constituiu uma realidade e o passo seguinte é a substituição da nossa frota por veículos elétricos. Através da candidatura efetuada ao Aviso n.º 01/C03-i01/2021 do PRR estamos prestes a adquirir uma Viatura Ligeira de Mercadorias Transformada 100% Elétrica no valor total de 41.512,50€. O financiamento obtido é de 25.000€, pelo que apelámos à comparticipação do valor remanescente de 16.512,50€ para alcançar o valor total da compra.

O objetivo foi conseguido! O nosso muito OBRIGADA aos doadores que tornaram possível esta concretização!

RASTREIOS VISUAIS





Estabelecida parceria com a OPTICALIA, uma empresa de comércio a retalho de material ótico, situada em Vale Figueira/São João da Talha com a denominação comercial "Opticalia São João da Talha" desde 2017. A realização de rastreios visuais nas nossas instalações decorreu de forma gratuita, com o intuito de detetar alguma patologia ocular ou algum erro refrativo não corrigido. Todos os cooperadores, trabalhadores, residentes/clientes e familiares têm um desconto de 30% na aquisição de óculos completos.

VOLUNTARIADO



As familiares da nossa cliente de Centro de Dia, Maria da Luz Pinto, propuseram a realização de voluntariado de uma manhã para fazer decorações de Natal com os "avós" do Polo.
D. Isabel e D. Susana, ambas com experiência de trabalho em ATL e com muita vontade de partilhar os seus saberes com os colegas da mãe, principalmente nesta época tão especial, propuseram a elaboração de algumas decorações de natal acessíveis e muito criativas. A sugestão foi acolhida e foram realizados alguns trabalhos manuais, com recurso a materiais recicláveis e não só. Todo o atelier foi planeado e executado pelas próprias.
Os clientes de Centro de Dia adoraram e ficam à espera do regresso na Páscoa!

EUCARISTIA



No dia 15 de dezembro, após dois anos de afastamento por razões pandémicas, eis que regressou uma das atividades muito solicitada pelos residentes católicos: a realização da Eucaristia de Natal.
Este momento foi emocionante para o celebrante e para todos os que assistiram a um momento que tocou o coração de todos pelo seu simbolismo.
Obrigada à Paróquia de São João da Talha pela proximidade e apoio.
Em janeiro regressará o encontro de Distribuição da Comunhão, com periodicidade semanal prevista.

INICIATIVAS UFSSB







A União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela (UFSSB) promoveu um ciclo de iniciativas referentes à época natalícia com teor ecológico, nas quais participámos em três delas. A primeira passou pela decoração de uma árvore de natal de madeira com materiais reciclados, a segunda, um concurso para eleição do postal de natal digital a ser disseminado em nome da UFSSB e a terceira, o concurso de presépios. Não conquistámos o pódio, mas tivemos o prazer e honra de constarmos da lista de participantes e de nos divertirmos nos processos criativos! Para o ano lá estaremos!

CAMPANHA AJUDA DE PESO





Desde 2019 que a Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre integra a Campanha Ajuda de Peso, promovida pela Valorsul. No dia 6 de dezembro, através da parceria com a UFSSB aliou-se a esta iniciativa um parceiro para apoio no transporte até ao Centro de Triagem da Valorsul, no Lumiar. Obrigada ao Sr. Augusto Romão e ao seu sobrinho Rodrigo Romão pelo apoio na entrega da matéria e a toda a equipa que nos apoiou a carregar o camião!

ALMOÇO DE NATAL CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO E TRABALHADORES





No dia 16 de dezembro, o Conselho de Administração e os trabalhadores do Polo Comunitário disfrutaram do almoço de natal/convívio, celebrando esta época de fraternidade e compromisso com o próximo.
Neste dia, à semelhança dos anos anteriores, foi distribuído o cabaz de natal, como símbolo de agradecimento e reconhecimento pelo trabalho desenvolvido ao longo do ano.
Que 2023 seja um ano de sucesso para todos a nível pessoal e profissional!

FESTA DE NATAL







No dia 19 de dezembro, decorreu o nosso segundo encontro com a turma do 5º H, promovendo o verdadeiro espírito e valores do Natal na partilha de sentimentos como a fraternidade, o amor, a compaixão, a solidariedade e a simplicidade. Foi uma tarde enriquecedora, na qual os alunos prepararam com os seus professores uma apresentação de cariz dramático e musical, resultado do trabalho conjunto das disciplinas, culminando num excelente resultado sobretudo pelo processo de envolvência. Para os nossos residentes e clientes de Centro de Dia, não foi possível esconder as emoções perante a entrega destas crianças, professores e encarregados de educação.
O culminar desta iniciativa deu lugar à estimulação do palato, com a degustação de diversas iguarias da época, fruto de um lanche partilhado que nos permitiu conviver.

QUADRA NATALÍCIA NO POLO





No Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, a noite de 24 de dezembro é realizada em família institucional, com a união à mesa que tanto caracteriza esta época. As nossas mães natal encarregaram-se de distribuir as lembranças pelas mesas de cabeceira de cada residente, para trazer a magia da manhã de 25 de dezembro.
A passagem de ano foi igualmente celebrada, com lugar privilegiado para assistir ao fogo de artifício.



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