OS AMIGOS DE SEMPRE

Viva São João

NEWSLETTER Nº 45 | JUNHO 2024

COMEMORAR 50 ANOS DO 25 de ABRIL É CELEBRAR A SOLIDARIEDADE, É DIGNIFICAR A PESSOA, A LIBERDADE E A DEMOCRACIA

No ano em que se comemoram os 50 anos do 25 de Abril, celebrámos esta data, de forma muito especial, como um marco histórico da conquista da Liberdade e da Democracia.
Comemorar 50 anos do 25 de Abril é lembrar a organização das eleições em Liberdade "que pela primeira vez incluíram mulheres". Até aí só 14.000 mulheres podiam votar (ricas e licenciadas). Em 1975-1976 foi dado lugar paritário às mulheres. Foi abolido o direito do marido abrir a correspondência da mulher, e cada um dos cônjuges pôde exercer qualquer profissão ou atividade sem o consentimento do outro.
Este foi um testemunho partilhado numa conferência, pelo Comandante Luís Costa Correia, que participou no movimento que conduziu ao 25 de Abril de 1974, bem como na ocupação da DGS (ex-PIDE), entre abril e junho daquele ano. Ocupou ainda o cargo de Diretor-Geral do STAPE entre 1975-1977, sendo responsável pela organização das eleições legislativas, presidenciais, autárquicas e regionais ocorridas em 1976.
O 25 de Abril revolucionou a vida das mulheres, devolvendo-lhes a dignidade, igualdade entre mulheres e homens, em todas as dimensões da vida, como consagra a Constituição da República Portuguesa.
O Poder Local Democrático e o movimento associativo são outras das felizes realizações do 25 de Abril, nas quais importa continuar a investir na sua qualidade, para que a luta solidária, por uma sociedade mais justa e fraterna, se faça em unidade com os demais parceiros e as diferentes gerações.

Deolinda Machado
(Presidente)

ENCONTRO LOURES SAUDÁVEL "CAMINHO(S) PARA VIVER MELHOR"



A Câmara Municipal de Loures promoveu o Encontro Loures Saudável "Caminho(s) para viver melhor", no passado dia 05 de abril e onde marcámos presença.
Foram proporcionados momentos de partilha e reflexão no âmbito dos 50 anos do 25 de abril e dos 45 anos do Serviço Nacional de Saúde.

CENTENÁRIO DA RESIDENTE D. BERTA CARVALHO





A D. Berta Carvalho foi admitida no Polo Comunitário Os Amigos de Sempre no dia 1 de fevereiro de 2010, para integrar a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas. Após 14 anos de vivências e memórias com a família de acolhimento, foi com grande emoção que celebrámos o seu centenário.

O fado sempre foi uma grande paixão e a Amália Rodrigues a sua fadista de eleição! Mas quando chegou ao Polo conheceu a Isilda Machado, Ajudante de Ação Direta que, antes da hora do jantar, ou ao deitar, presenteava os residentes com a sua voz envolvida num fado familiar e único. Os seus pedidos para a ouvir só um bocadinho eram uma constante. Atualmente, a Isilda abraçou outro projeto profissional, mas não hesitou um segundo em aceitar o convite para celebrar connosco esta data tão especial, no dia 9 de abril.

Filho e netos também estiveram presentes para partilhar este momento tão especial e único!





APRESENTAÇÃO DO PROJETO TRAPI EM CLAS



No dia 9 de abril, realizou-se mais um plenário do Conselho Local de Ação Social (CLAS) de Loures, no Palácio dos Marqueses da Praia e Monforte, na presença de 78 parceiros.

Neste plenário foi apresentado o Relatório de Execução de 2023 do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social de Loures.

Na ordem de trabalhos foram contemplados outros pontos e no último ponto, a Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre, representada por Teresa Pires e Adriana Dias, teve a oportunidade de apresentar o Projeto "TRAPI – Transporte Personalizado para Idosos".

Foi um momento relevante para a divulgação do Projeto a todos os agentes de desenvolvimento social do Concelho.

AMIMAR – JOGRAIS DA ACADEMIA DOS SABERES

A Câmara Municipal de Loures, através da Área de Desenvolvimento dos Recursos Sociais, encontra-se a promover o programa "AMIMAR" – Animar com Mimo.

Esta iniciativa é realizada em parceria com alguns grupos independentes e grupos internos das próprias instituições sociais, os quais proporcionam momentos musicais, de teatro e de animação da leitura.

Como tal, no dia 11 de abril, recebemos o grupo de Jograis da Academia dos Saberes, que nos proporcionaram momentos bastantes animados!



REUNIÃO DE FAMÍLIAS DA ESTRUTURA RESIDENCIAL



No passado dia 18 de abril, realizámos a Reunião Anual de Famílias da Estrutura Residencial para Idosos. Pudemos desta forma auscultar os familiares que se fizeram presentes, registando as oportunidades de melhoria para a continuidade dos nossos serviços, com a maior exigência e qualidade possíveis. Pela primeira vez esta reunião decorreu em formato online e a adesão foi maior do que em formato presencial, o que constituiu um fator muito positivo. Obrigada a todos por este momento!

ESTÁGIOS DE ENFERMAGEM

No âmbito da parceria estabelecida com a Universidade Católica de Lisboa, acolhemos na nossa instituição um grupo de oito estudantes do 1º Ano - 2º Semestre do Curso de Licenciatura em Enfermagem, que iniciaram o Ensino Clínico 2 – Introdução à Prática de Cuidados, no período de 19 de abril a 17 de maio de 2024.

Contribuir para o percurso formativo dos futuros profissionais de saúde é enaltecer o trabalho comunitário desenvolvido com a população idosa, assim como fortalecer a importância elevada do trabalho multidisciplinar, promovendo um acolhimento institucional e organização dos serviços que vão ao encontro dos objetivos e necessidades do estágio. A avaliação deste grupo e das professoras responsáveis foi muito positiva e esperamos, no próximo ano letivo, repetir a experiência.



ESTÁGIOS DE ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL - ISCE







Acolhemos dois estágios curriculares do 1.º ano da Licenciatura em Animação Sociocultural no ISCE - Instituto Superior de Lisboa e Vale do Tejo, no Polo Comunitário Os Amigos de Sempre. O primeiro decorreu entre 11 e 26 de abril e o segundo de 3 de maio a 20 de junho. Este primeiro contacto com o contexto de intervenção é extremamente importante para a perceção da realidade laboral e aquisição/consolidação de competências.

ESTÁGIO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE S. JOÃO DA TALHA





O Agrupamento de Escolas de São João da Talha reforçou a parceria formativa, tendo sido integrada uma estagiária do curso de Técnico Auxiliar de Saúde. Este estágio decorreu de 7 de abril a 19 de junho, desenvolvendo 600h de formação e centrou-se sobretudo na resposta de Centro de Dia, para melhor preparação da Prova de Aptidão Profissional que incidiu sobre esta área específica.
Obrigada, Keuli!

ESTÁGIO PIT – UNIDADE DE ENSINO ESPECIAL - AESJT



Ao longo do ano letivo 2023/2024, integrado no Programa de Integração no mercado de trabalho, acolhemos um estágio da Unidade de Ensino Especial do Agrupamento de Escolas de São João da Talha.
O estágio decorreu todas as quintas-feiras de manhã, no apoio às atividades socioculturais.
Esperamos ter contribuído para acrescentar e consolidar competências neste jovem.
O trabalho de articulação com a professora responsável e o contato com a Unidade foram uma experiência muito enriquecedora.

COMEMORAÇÕES DOS 50 ANOS APÓS O 25 ABRIL









Desde poemas, elaboração de cravos, audição das músicas de intervenção e reflexões várias, a data foi assinalada com toda a sua dignidade no Polo Comunitário.
As parcerias da Biblioteca Ary dos Santos e da Biblioteca José Saramago foram muito relevantes para que fizéssemos entoar as vozes da liberdade.
Exercer uma cidadania ativa não tem idade e ficámos muito satisfeitos por despertar memórias que se refletiram em escrita poética.
A expressão através da arte traduz também conquistas de abril. Que celebremos muitos mais anos de democracia!





A Junta de Freguesia também distribuiu cravos vermelhos, recordando a simbologia desta flor na revolução de abril.
Obrigada por contarem connosco!

ATIVIDADE COM OS ESCUTEIROS MARÍTIMOS





A comunidade de escuteiros do Agrupamento 1100 Parque das Nações, entrou em contato connosco para que um grupo de jovens dos 18 aos 22 anos, pudesse realizar no Polo Comunitário uma ação de serviço. Assim se cumpriu! No dia 27 de abril, das 14H as 18H, os Escuteiros Marítimos estiveram presentes na nossa instituição, realizando uma tarde de voluntariado, na qual tiveram um papel ativo no apoio aos residentes e interação com residentes e trabalhadores.
Uma tarde de partilha, aprendizagens e diversão. Ficamos a aguardar expetantes pelo regresso destes jovens!

BOMBEIROS DE SACAVÉM - RECONHECIMENTO NO TERRENO



No dia 6 de maio, os Bombeiros Voluntários de Sacavém visitaram as nossas instalações, ao abrigo do seu programa de formação interna, efetuando o reconhecimento no terreno e de edificado.
Esta prática pretendeu que os novos bombeiros fizessem um diagnóstico de situação das várias instituições da Freguesia, para que, no caso de existência de alguma catástrofe, estarem melhor preparados para a realidade dos vários locais.
Os exercícios formativos no terreno são de extrema importância para que possamos perceber no local sobre a fragilidades dos edificados e também características da população que vamos socorrer.

RASTREIOS DE SAÚDE ORAL





Os Rastreios de Saúde Oral regressaram à nossa Instituição, após um interregno de três anos, pela Faculdade de Medicina (FMD) – Universidade de Lisboa, mais especificamente com os alunos da Licenciatura de Higiene Oral, no âmbito do Projeto Saber Envelhecer, promovido pela Câmara Municipal de Loures/DCDJS/Divisão de Saúde, cujas sessões abrangeram todos os residentes e clientes de Centro de Dia.
No último dia, foi proporcionada uma sessão de esclarecimento para os nossos idosos e uma sessão formativa para os trabalhadores, onde as dúvidas puderam ser todas esclarecidas.





CAMINHADA DAS GERAÇÕES, FESTA DA FAMÍLIA E MOSTRA SOCIAL








Nos dias 17, 18 e 19 de maio, no jardim do Castelo de Pirescoxe, em Santa Iria de Azóia, decorreu um dos eventos mais especiais da Freguesia: a Festa da Família e Mostra Social, no qual nos fizemos representar nos três dias.
Este ano, a nossa participação teve o propósito específico de divulgar o Projeto TRAPI – Transporte Personalizado para Idosos na comunidade. Uma oportunidade para estabelecer contacto direto com a população, explicar em que consiste o projeto, angariar voluntários, abordar as gerações sobre a importância de estarmos alerta para vizinhos isolados e que sinalizar pode fazer a diferença. A União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela deu-nos oportunidade de participar num momento de reportagem que ecoou pelo recinto sobre o que é o TRAPI e a quem se devem dirigir para solicitar o serviço. Bem-haja a todos!

RECRIAÇÃO HISTÓRICA





No dia 31 de maio, um grupo de Centro de Dia foi espreitar a Recriação histórica, no Ecoparque de São João da Talha. Este ano, o tema esteve relacionado com os 50 anos do 25 de abril e intitulou-se "A caminho da liberdade…"
Este evento é organizado anualmente pela União de Freguesias de Santa Iria, São João e Bobadela e pelo Agrupamento de Escolas de São João da Talha, com parceiros locais.
O Ecoparque esteve repleto de muita animação e todos gostaram de participar!

CAVAQUINHOS ACADEMIA DOS SABERES

Enquadrado no desenvolvimento do programa "AMIMAR" – Animar com Mimo, O Polo Comunitário recebeu o Grupo de Cavaquinhos da Academia dos Saberes – Polo de Sacavém, no dia 4 de junho, pelas 14h30.
Foi a primeira vez que recebemos este grupo nas nossas instalações e foi uma honra poder contar com a sua qualidade musical, boa disposição e alegria.



PROJETO PRATICARMENTE



Terminaram as sessões com a primeira turma do Projeto PraticarMente, desenvolvido numa parceria com a Comissão Social da União de Freguesias, abrangendo trabalhadores das IPSS's locais, com o objetivo de constituir uma resposta à identificação de riscos de saúde, no âmbito da saúde mental, após o período crítico de pandemia. As Ajudantes de Ação Direta que trabalham nas Instituições foram expostas a uma série de fatores que contribuem para o comprometimento da saúde mental e este projeto procurou dar resposta partilhando estratégias de *Coping,* promovendo mecanismos cognitivos e comportamentais, utilizados pelas pessoas para fazer face a determinadas situações. O Polo Comunitário agradece a oportunidade dada aos seus trabalhadores, aguardando pelo início do próximo grupo.

CIBERSEGURANÇA

A Estagiária do 2º. Ano do Curso de Educação Social, Carla Sena, acompanhada por técnicos da Autarquia, dinamizou uma Sessão sobre Cibersegurança, no dia 5 de junho às 14h30, com a duração de 1h00/1h30, a um grupo de máximo de 13 clientes de Centro de Dia e residentes. A sessão apresentada pretendeu transmitir conhecimentos e atitudes essenciais para a adoção de comportamentos seguros e preventivos, na utilização da internet contra as ameaças da Cibersegurança. A internet está cada vez mais presente nas nossas vidas e temos que estar preparados tanto para os benefícios como para os perigos que comporta. E no Polo, estamos sempre atentos!



FESTEJO DOS SANTOS POPULARES





No dia 24 de junho, dia de São João, foi dia de festa! Ao almoço, as sardinhas assadas marcaram a tradição e a tarde foi bastante animada pelas vozes entusiasmadas do grupo de cantores e cantoras que nos deram música, para que a Marcha do Amigos concretizasse a atuação. Um trabalho de equipa que resultou muito bem, mas que o importante a destacar foi o mesmo o processo! O empenho, envolvimento e entusiasmo dedicados para a concretização desta atividade fazem-nos viver com maior intensidade e ultrapassar as nossas dificuldades. Para dar continuidade ao convívio, nada melhor que a degustação de um lanche popular, com caracóis e broa com chouriço!
Finalizamos com um especial agradecimento à voluntária que confecionou os caracóis, aos trabalhadores que apoiaram a Marcha com a sua simpatia e vestes e aos familiares que nos apoiaram a servir o lanche, também aos que precisaram diretamente desse apoio no refeitório. MUITO OBRIGADA A CADA UM DE VÓS!

CONCERTO DE VERÃO




O Grupo Coral Cant'alma, esteve pela primeira vez no Polo Comunitário para um Concerto de Dia de Reis e uma vez que a experiência foi positiva, propuseram-nos a realização de um Concerto de Verão. Acolhemos desde logo a proposta com grande entusiasmo, dada a qualidade deste grupo. E assim se concretizou! Nada melhor para finalizar a época dos Santos Populares do que no dia 29 de junho, dia de São Pedro, darmos as boas vindas ao Verão, em boa companhia e boa música, onde todos os presentes puderam cantar e deixar-se encantar com tamanhas vozes!



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 Tlm: 968 924 545

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