OS AMIGOS DE SEMPRE

FESTAS FELIZES!

NEWSLETTER Nº 47 | DEZEMBRO 2024



No dia 8 de outubro, o Grupo Coral da Associação de Reformados e Pensionistas da Bobadela – ARPI proporcionou-nos uma tarde cultural agradável.

A interação com os vários agentes culturais da comunidade constitui uma mais valia para todos. A Cooperativa, sempre que possível, continuará a potenciar a proximidade interinstitucional, seja em projetos em prol da comunidade, seja no estreitar de relações e no potenciar de meios e recursos em proveito do bem-estar comum.

Foi uma honra receber este grupo mais uma vez na nossa casa. São um exemplo de envelhecimento ativo e promoveram a participação do público, tornando o momento mais rico.

É NATAL TODOS OS DIAS!

Soam cânticos, brilham luzes, ecoam poesias! Partilham-se lembranças, sentimentos, datas e alegrias.

Foi Natal! É Natal todos os dias!

Nem sempre é assim, sabemo-lo. Mas cabe-nos fazer a nossa parte para que os ecos do Natal possam perdurar no coração de cada ser humano, de cada lugar, cidade ou país.

Que a alegria genuína de cada criança nos eleve, transportando o bem que a cada momento pode fazer a diferença.

A cooperação solidária é disso exemplo.

Bem hajam os nossos voluntários que tantas horas das suas vidas doaram empaticamente, partilhando conhecimentos, gestos e sentimentos! É neste cruzamento de vidas e de caminhos que nos encontramos, fazendo da vida Festa. Que assim seja 2025 para todos.

Continuemos facilitadores da Festa da Vida!

Deolinda Machado

(Presidente)

ESTÓRIAS MAIORES





No dia 15 de outubro, trouxemos à memória o património cultural do Concelho, as Estórias Maiores transportaram-nos à época das vindimas em Bucelas. Desde os adereços às cantigas que os trabalhadores trauteavam durante a lavoura, foram apresentados os vários processos até à obtenção do produto final, o vinho!

42º ANIVERSÁRIO DA CURPI DE SÃO JOÃO DA TALHA

A Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre fez-se representar na sessão comemorativa e no almoço do 42º Aniversário da CURPI de São João da Talha realizados no dia 15 e 26 de outubro. Enquanto parceiros desde a nossa chegada a este território, não podíamos faltar a estas datas tão significantes para esta Instituição que está a abraçar um novo e tão desejado desafio, o Projeto "Casa das Oliveiras". Parabéns!



LABORATÓRIO DA COESÃO SOCIAL



A Junta de Freguesia de Santa Iria da Azóia, São João da Talha e Bobadela apresentou, no dia 18 de outubro, o Laboratório de Coesão Social.
Implementar novas soluções para as necessidades da comunidade é o principal objetivo desta plataforma que permite trabalhar em rede a nível social, cultural e educativo. Pretende-se com o laboratório criar estratégias para um maior conhecimento do território, estimular o debate de ideias, o conhecimento intercultural, a saúde mental e o acesso aos vários serviços.
A Dra. Teresa Pires, em representação da Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre apresentou as conclusões e encerrou os trabalhos desta tarde profícua em prol da coesão social.

FORMAÇÃO DE SBV DAE

No dia 19 de outubro, alguns trabalhadores do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre tiveram oportunidade de participar na Formação de Suporte Básico de Vida com Desfibrilhação Automática Externa, promovido pela União de Freguesias, partilhando esta experiência com os trabalhadores da CURPI de São João da Talha.
Muito agradecemos a oportunidade de adquirir competências que permitam salvar vidas a nível profissional, mas também pessoal.



FORMAÇÃO MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO



No dia 30 de outubro, o Polo Comunitário promoveu mais uma ação de formação sobre Medidas de Autoproteção, que definem um conjunto de procedimentos de utilização dos diferentes espaços do edifício, de forma a manter as condições de segurança e dar uma resposta adequada numa situação de emergência, limitando os riscos de incêndio. Uma equipa preparada minimiza os riscos e em situação real a sua capacidade de resposta será maior, potenciando os meios e os recursos para salvar o posto de trabalho e as vidas que estão à nossa responsabilidade.

BAIRRO FELIZ – PROJETO VENCEDOR “SENSORIALMENTE”



O Agrupamento de Escolas de São João da Talha inscreveu-se no Programa Bairro Feliz promovido pelo Pingo Doce, na Loja da Bobadela, em parceria com o Polo Comunitário Os Amigos de Sempre. No dia 26 de outubro, estivemos presentes na pesagem dos mealheiros e confirmámos a vitória do projeto que se intitula “SensorialMente” e que consiste na possibilidade de oito crianças e jovens da sala de educação especial, divididos em dois grupos, realizarem a terapia Snoezelen sem custos para os encarregados de educação de quinze em quinze dias. No final do Ano Letivo será avaliado o contributo desta terapia para o sucesso escolar, melhoria das relações interpessoais e desenvolvimento pessoal de cada participante. As sessões terão início em fevereiro de 2025!

HALLOWEEN SENSORIAL







No dia 31 de outubro, decorámos a instituição e festejámos mais um Halloween, onde este ano explorámos os estímulos sensoriais. Foram diversos os materiais utilizados pela técnica de reabilitação psicomotora para ativar a visão, o tato, o olfato e o paladar. O ambiente criado permitiu uma comunicação intensa e uma sensação de bem-estar generalizado. Uma tarde que de assustadora teve pouco e de agradável teve muito, pois foi uma experiência positiva para todos. Todas as respostas sociais receberam um chocolate alusivo à data celebrada, que deixou o paladar ativo para próximas degustações!

DIA DE SÃO MARTINHO




Anualmente, celebramos o Dia de São Martinho a 11 de novembro e este ano não foi exceção. Neste dia, como manda a tradição, depois de muito bailarico, reunimos a boa disposição para comer castanhas, batata doce, chouriço e broa de milho.

Este evento aquece-nos a alma e o coração, pois encontramos nas iguarias da época memórias e conforto.

SIMULACRO





A realização de simulacro pretende familiarizar os trabalhadores e ocupantes do Polo com as rotinas e formas de atuação em situação de emergência, tendo por base os condicionalismos físicos e humanos do próprio espaço. Deste modo, valida-se a capacidade de resposta dos meios humanos com base na estrutura organizativa definida no Plano de Segurança, detetando-se erros ou omissões existentes nas medidas de autoproteção. No dia 20 de novembro, foi simulada a ocorrência de um sismo, exercício este pouco treinado, mas que ousámos fazê-lo. Falhas foram anotadas e aspetos positivos mencionados. Quanto mais treinarmos, mais rápido agimos e mais vidas conseguimos colocar a salvo. Em 2025, haverá mais e melhor!

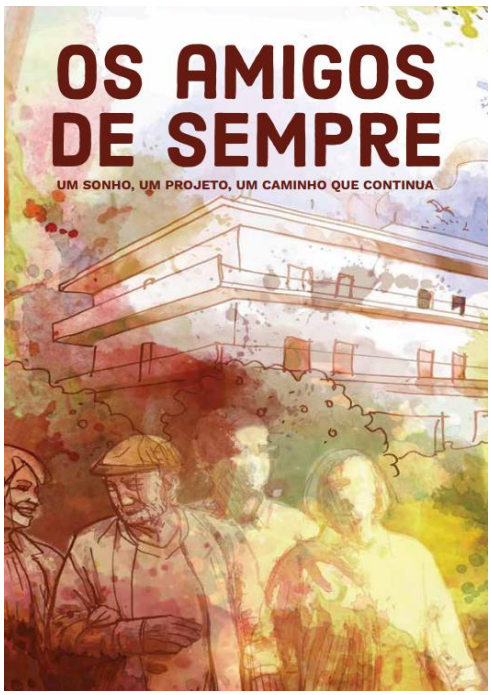
15º ANIVERSÁRIO DO POLO COMUNITÁRIO OS AMIGOS DE SEMPRE





No dia 21 de novembro, o grupo de Cavaquinhos da Academia Sénior da União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela veio ao Polo abrilhantar a nossa tarde, para dar especial relevo aos 15 anos de funcionamento do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre. Uma festa sobretudo para residentes/utentes, trabalhadores, voluntários, familiares e amigos. Esta celebração também destacou os 25 anos da constituição da Cooperativa, sem a qual o Polo Comunitário não existiria. Uma data bonita que a todos os que fizeram e fazem parte da nossa vida Institucional muito significado tem.
Mas comemorações não ficaram por aqui…

25º ANIVERSÁRIO DA COOPERATIVA SOLIDARIEDADE SOCIAL OS AMIGOS DE SEMPRE



Para assinalar os 25 anos da constituição da Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Amigos de Sempre e 15 anos de funcionamento do Polo Comunitário, foi realizada uma Sessão Solene no dia 23 de novembro. Neste dia, contámos com discursos dos Presidentes dos órgãos sociais da Cooperativa, dos representantes autárquicos e Presidente da UDIPSS.
Seguiu-se a apresentação da obra "Os Amigos de Sempre – Um Sonho, Um Projeto, um Caminho que continua" na voz do cooperador Avelino Pinto. Esta obra foi compilada com base na memória de cooperadores fundadores que, de forma resiliente, se empenharam na construção e funcionamento do Polo Comunitário. Com ela, pretendemos espelhar as práticas e os caminhos escolhidos de forma a partilhar com a comunidade em geral. As práticas da Cooperativa podem ser replicadas, pois o livro conduz-nos a uma viagem pelo passado, presente e futuro.
O nosso livro está disponível para aquisição, junto dos serviços administrativos por 6,50€, com a oferta de um marcador artesanal.
A Cooperativa e o Polo Comunitário estão de Parabéns! Auguramos que a sustentabilidade humana e financeira perdure!

SESSÃO INFORMATIVA E PREVENTIVA SOBRE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA





No dia 25 de novembro participámos na sessão de informação e prevenção de violência doméstica, na Casa da Cultura em Sacavém, promovida pela EPVA/ACES Loures-Odivelas.

A temática da violência doméstica continua a ser um tema real e de elevada preocupação social, que afeta várias faixas etárias, para o qual os técnicos e os cuidadores devem estar sensibilizados e aptos a sinalizar e encaminhar para as entidades competentes.

AÇÃO DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO SOBRE PREVENÇÃO DE DEMÊNCIAS

A Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre inscreveu um grupo de sete utentes de Centro de Dia e duas Ajudantes de Ação Direta na Ação de informação/sensibilização sobre prevenção de demências, realizada no dia 27 de novembro, na União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela.

Esta ação foi promovida pela Divisão de Saúde/Departamento de Cultura, Desporto, Juventude e Saúde da Câmara Municipal de Loures, proporcionando aos utentes que participaram uma oportunidade de esclarecimento, o que fizeram ativamente, considerando que é muito importante continuarem a abordar esta e outras temáticas.



HOMENAGEM AO EX-PRESIDENTE DA UFSSB – NUNO LEITÃO



A Secção do Partido Socialista da União de Freguesias de Santa Iria de Azóia, São João da Talha e Bobadela organizou uma homenagem ao Presidente da União de Freguesias, Nuno Leitão, que renunciou ao cargo para abraçar um novo projeto. Nesta organização partidária, não quiseram deixar de convidar as Instituições de São João da Talha que trabalharam ao longo de todos estes anos ao seu lado, concretizando projetos para benefício de toda a comunidade.

A Cooperativa de Solidariedade Social Os Amigos de Sempre não poderia faltar a este evento, pois desde 2009 que muitas foram as lutas comuns e o verdadeiro significado de Parceria estiveram sempre presentes. Desejamos a maior sorte para esta nova Etapa!

GIVING TUESDAY 2024

A 3 de dezembro decorreu mais uma Campanha *Giving Tuesday* "5 Projetos, 1 Causa". A motivação d' Os Amigos de Sempre é melhorar o apoio a idosos com sustentabilidade, responsabilidade social e ambiental. Como tal, deixámos ao critério dos doadores a escolha do Projeto onde aplicar o seu donativo. Este ano, um donativo foi canalizado na sua totalidade para procedermos à aquisição do *Standing Frame*. Já efetivámos a encomenda e na primeira quinzena de janeiro aguardamos a sua chegada para darmos início à sua utilização nas sessões de Fisioterapia. Os restantes donativos serão também canalizados para equipamentos de menor valor de suporte aos exercícios de Fisioterapia: esparguetes, pedaleiras, cabos e elétrodos TENS. Agradecemos a todos os doadores que continuam a investir e a acreditar, fortalecendo o trabalho desenvolvido e a desenvolver no Polo Comunitário! **OBRIGADA**!



CHÁ DAS GERAÇÕES





No dia 3 de dezembro, o grupo de Educação Especial do Agrupamento de Escolas de São João da Talha organizou pela segunda vez o Chá das Gerações.

Os Amigos de Sempre participaram com a leitura de dois poemas, assim como outras instituições que estiveram presentes com os seus grupos de cantares.

Todos juntos, escreveram numa fita branca, registando os seus desejos, para que a mesma fosse colocada na árvore.

Agradecemos o simpático convite e a oportunidade de participarmos e esperamos que seja um evento com continuidade.

VOLUNTARIADO & MIGRAÇÃO – DESAFIO E OPORTUNIDADES

O Banco Local de Voluntariado de Loures, com as respetivas entidades parceiras, dinamizou o encontro "À conversa sobre Voluntariado e Migração - Desafios e Oportunidades" que se realizou no dia 6 de dezembro.

Uma técnica e duas voluntárias do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre estiveram presentes no evento.

A CASES, a Confederação de Voluntariado e a Pista Mágica através dos seus representantes moderaram os painéis que contaram com testemunhos interessantes, que nos convidaram a uma reflexão construtiva e que nos levem no sentido da execução de boas práticas no âmbito do voluntariado.

No período da tarde, os voluntários foram homenageados em Loures, numa cerimónia que contou com a representação da Cooperativa na pessoa da Deolinda Machado.



OFICINA ARTÍSTICA DE NATAL





Mais uma vez, recebemos as nossas voluntárias sazonais para a dinamização da oficina artística de Natal com os utentes de Centro de Dia.

Um momento familiar e de partilha em que o processo e o convívio são os mais valorizados, embora o resultado final seja sempre um êxito para todos!

Obrigada pelo vosso empenho e dedicação, que se traduz na satisfação do grupo por este vosso grande abraço generoso. Até à Páscoa!

ESTÓRIAS MAIORES

A sessão de despedida do projeto Estórias Maiores em 2024 contou com contos de natal, tendo tido o cenário da árvore de natal e do presépio como mote para um ambiente mais acolhedor. Como seria de esperar, a Mónica e a Adriana aqueceram os corações dos presentes e a participação de todos foi muito ativa.

Em 2025 o projeto sofrerá alterações, pelo que aguardamos ansiosos pelas novidades.



EUCARISTIA DE NATAL



A celebração eucarística natalícia decorreu no dia 12 de dezembro.

A liturgia deste dia convidou-nos a contemplar o amor de Deus, manifestado na encarnação de Jesus. Ele é a "Palavra" que se fez pessoa e veio habitar no meio de nós, a fim de nos oferecer a vida em plenitude e nos elevar à dignidade de "Filhos de Deus".

Todos os cooperadores, trabalhadores, residentes, utentes e familiares receberam a bênção e votos de um santo e feliz Natal.

ALMOÇO DE NATAL DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO E TRABALHADORES

Depois de um ano árduo de trabalho, com muitos desafios vividos por todas as equipas ao serviço do Polo Comunitário Os Amigos de Sempre, o Conselho de Administração proporcionou uma refeição reconfortante, com palavras de agradecimento e estímulo aos trabalhadores do Polo Comunitário.

No final do almoço, concretizou-se a reunião geral de trabalhadores, na qual foram transmitidas as decisões e propostas de investimento da Cooperativa. Como forma de reconhecimento do trabalho desenvolvido pelos trabalhadores, em 2025 será atribuído mais um dia de férias por cada diuturnidade vencida, promovendo desta forma a fixação de ativos na instituição.



FESTAS DE NATAL







Este ano, as festas duplicaram e no dia 20 de dezembro tivemos a honra de receber o Grupo Coral "Outono da Vida" da CURPI de São João da Talha que animou a nossa tarde e proporcionou um momento de homenagem à trabalhadora Lucinda Figueiredo que chegou a uma nova etapa da sua vida, a Reforma. Findou o seu percurso laboral, mas a porta ficou aberta para que se tiver disponibilidade para ser voluntária, continuamos a contar consigo! Obrigada Lucinda!







As lembranças de Natal para todas as respostas sociais não podiam deixar de ser comestíveis! Uma bolacha árvore de Natal foi confecionada pela Pastelaria Miradouro, situada em Santa Iria de Azóia e, segundo os presenteados, era uma delícia!

O afeto está em pequenas coisas e estes miminhos tornam dias cinzentos mais coloridos.









A 21 de dezembro acolhemos o Coro Cant'Alma que, uma vez mais, nos agraciou com uma atuação repleta de talento e amor.

Na oficina Reciclar com Arte completámos o presépio, oferecendo os três Reis Magos como complemento do presente recebido no dia de Reis ao grupo.

O executivo da União de Freguesias esteve connosco para desejar umas Festas Felizes a todos os presentes!

A APLICAÇÃO DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NAS ORGANIZAÇÕES

A 29 de dezembro, a cooperadora Ana Sofia Pires, *Skills Officer for BridgeAI at the Turing*, dinamizou o Encontro com a temática "A Aplicação da Inteligência Artificial nas Organizações".

Foi uma manhã bastante participada, com questões relevantes que foram colocadas pelo público presente, onde cada um foi convidado a refletir sobre desafios da aplicabilidade da Inteligência Artificial.

A plateia saiu deste encontro mais esclarecida e com vontade de continuar a explorar o vasto mundo da Inteligência Artificial.

Um agradecimento especial à comunicadora, mas também a todos os parceiros e amigos presentes, pelo seu interesse e participação ativa.



JANTAR DE NATAL E CEIA DE ANO NOVO





Mais um Natal passado com a família institucional, onde pudemos degustar o bacalhau da consoada, num clima fraterno e de grande união.

E na ceia de Ano Novo, os residentes mais resistentes aguardaram as 12 badaladas para beber champanhe, comer as passas e ver o 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 Tlm: 968 924 545

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