



BOLETIM INFORMATIVO

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BORBA

www.scmborba.pt

Nº 13 - MARÇO 2012

3 SCM Borba



Jantar de Natal da Instituição

11 Apoio Domiciliário



Serviço de Apoio Domiciliário no Mundo das Telecomunicações... uma nova aposta para um novo serviço... Tele-Assistência chegou ao Concelho de Borba...

13 Universidade Sénior



Cantar as Janeiras... e manter a solidariedade intergeracional

2012 Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações



Continuamos a proporcionar aos nossos utentes um **papel activo na sociedade**

sumário

- 3 Jantar de Natal da Instituição
- 3 SCM Borba colabora há mais de uma década com a Banda Filarmónica com a oferta de instrumentos musicais...
- 4 Alunos da Escola Básica EB 2,3 Padre Bento Pereira animam Lares de Idosos
- 4 Comemoração do Natal
- 5 Agradecimento à Colaboradora Maria de Lurdes Teixeira
- 5 Meninos da Creche e Jardim de Infância cantam as Janeiras
- 6 A Crescer e a Aprender
- 7 Pequenos Grandes Chefes... nas sessões de culinária
- 8 CATL - Centro de Actividades de Tempos Livres
- 9 Esclarecimento
- 10 Actividades realizadas com os utentes do Apoio Domiciliário e a sua alimentação
- 11 Tele-Assistência chegou ao concelho de Borba
- 12 Envelhecimento activo
- 13 Universidade Sénior de Borba
- 14 Obras do novo Lar da SCM de Borba a decorrer a bom ritmo
- 15 Breves

Palavra da Mesa Administrativa

O que realmente importa são as pessoas

Dada a conjuntura económica actual do país, a Santa Casa Misericórdia de Borba (SCMB) tem cada vez mais um papel preponderante no apoio às instituições e pessoas que solicitam a sua ajuda. Através das suas valências, a SCMB apresenta um vasto número de serviços que foram criados para dar resposta às necessidades da população, quer ao nível da infância, da família, da terceira idade a pessoas carenciadas e necessitadas.

Para além do apoio dado aos desfavorecidos, a SCMB apresenta uma crescente preocupação pelos desprotegidos, por aqueles que não têm voz, isto é, não sabem ler nem escrever, e desta forma não possuem meios para expor a sua situação, nem descrever a sua dor.

Outra das preocupações reporta-se à criação de novos postos de trabalho para a população activa do concelho, quer através dos projectos já iniciados bem como dos projectos futuros.

NOVO LAR

A construção do novo lar vem tentar minimizar a crescente necessidade de apoio à Terceira Idade. Sendo um edifício bem apetrechado mas mais pequeno que os existentes, permitirá um ambiente familiar e acolhedor que fará com que os seus utentes se sintam em casa não descurando o bem estar daqueles.

Apenas lamentamos o facto deste equipamento ainda não estar concluído. A mesa administrativa está empenhada em recuperar o tempo perdido para o colocar ao serviço da população.

APOIO DOMICILIÁRIO

O apoio domiciliário é a nossa grande aposta, pois manter as pessoas no seu espaço, na sua casa, rodeados dos seus pertences torna-as mais felizes. Nesta perspectiva alargamos o serviço também ao fim de semana, pois assim conseguimos responder às suas necessidades básicas, assim como, estamos a implementar a teleassistência permitindo que qualquer pessoa que se encontre sozinha em casa e que necessite de apoio urgente o solicite através deste mecanismo.

NOVOS PROJECTOS

Pavilhão multifunções – Este projecto é imprescindível para a realização de actividades complementares de lazer, reabilitação e formação dos utentes de todas as valências, tornando-se fundamental para a busca da cidadania plena na aldeia social.

Por ironia do destino quase 500 anos após a sua fundação a SCMB volta a ter como desafio o que na altura motivou a sua criação – ajudar os doentes, os desfavorecidos, os desprotegidos – tal como noutras alturas da história a Misericórdia de Borba está preparada para este grande desafio. Esta Mesa vai lutar para que este grande desígnio seja bem sucedido, pois o que nos motiva é poder ajudar os outros. Numa só palavra, o que importa são as PESSOAS.



BOLETIM INFORMATIVO
SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BORBA

Propriedade, edição e redacção

Santa Casa da Misericórdia de Borba
Rua Humberto Silveira Fernandes, 16
7150-129 Borba

Telefone: 268 891 601 - Fax: 268 891 602

E-mail: scmborba@netvisao.pt

www.scmborba.pt

Director: Crispim Francisco Avó Lopes

Redacção: Mesa Administrativa e colaboradores

Design e paginação: João Oliveira

Periodicidade: Trimestral

Impressão: Gráfica Calipolense, S.A.
Vila Viçosa

Tiragem: 1.500 exemplares

Depósito legal: 240539/06
Distribuição Gratuita

Jantar de Natal da Instituição

Cumprindo a tradição e os costumes, a grande família da Santa Casa da Misericórdia de Borba reuniu-se no passado dia 17 de Dezembro, no pavilhão do Sr. Joaquim Mendes para mais um tradicional Jantar de Natal. Tiveram presentes cerca de 250 pessoas entre colaboradores e familiares num ambiente de alegria e confraternização. Para animar o jantar tivemos a presença da nossa Tuna Sénior da Santa Casa e um trio de Sevillhanas que encantaram todos os presentes.

Este evento reveste-se de enorme importância, pois permite que de forma descontraída e informal se converse acerca da vida da Instituição, do seu papel, de tudo o que correu bem e mal, ao longo do ano de trabalho; e também como forma de traduzir a união de todos os que diariamente se dedicam a servir quem necessita, em que as responsabilidades de desempenho profissional se aliam ao espírito de missão que as funções exigem.



SCM Borba colabora há mais de uma década com a Banda Filarmónica com a oferta de instrumentos musicais...

“A música é como a vida”

Em 1 de Dezembro de 1981 foi reestruturada a Banda Filarmónica com alguns elementos da Banda 1º Dezembro, fundada em 1950 e que findou em 1957 por falta de meios de subsistência. Foi a partir de 1997, com o entusiasmo de um dos músicos da Filarmónica ter assumido a posição de regente, e com o empenho e dedicação de todos: músicos, maestro direcção, que a Banda do Centro Cultural de Borba se tornou hoje um símbolo da cultura musical no nosso País.

A Banda Filarmónica tem neste momento 60 músicos efectivos e a Escola de Música mais de 30 aprendizes. Tem evoluído bastante nestes últimos anos, e a crítica já a considera um símbolo cultural do nosso País.

Segundo as palavras do Maestro “hoje em dia manter em actividade a Banda Filarmónica, nas quais todos os jovens

podem beneficiar e aprender música gratuitamente, somente com os apoios da Câmara Municipal e Juntas de Freguesia, não é tarefa nada fácil”.

Com as grandes dificuldades em obter instrumentos para dar resposta às necessidades dos aprendizes da Escola de Música, o que poderia vir a traduzir-se no seu abandono, foi na Santa Casa da Misericórdia de Borba que encontrou mais um parceiro de carácter social muito importante, com o qual já conta há mais de uma década.

De acordo com as palavras do Maestro José Francisco Andrade “todos os anos, pelo aniversário da Banda, a Santa Casa da Misericórdia de Borba tem contribuído com a oferta de um instrumento musical. Louvamos este tipo de atitude, e temos a certeza de que com esta iniciativa a Santa Casa da Misericórdia de Borba tem contribuído para o desenvolvimento cultural, social e de elevação da nossa região e dos nossos jovens.”





Alunos da Escola Básica EB 2,3 Padre Bento Pereira de Borba animam Lares de Idosos

À semelhança de em anos anteriores, no dia 15 de Dezembro, alguns dos alunos da Escola EB 2,3 Padre Bento Pereira de Borba deslocaram-se às instalações do Lar de Idosos e Centro de Dia Humberto Silveira Fernandes para proporcionar aos nossos utentes mais uma manhã carregada de alegria, solidariedade e de muita animação. Ao som de belas e divertidas canções de Natal, representaram, cantaram e encantaram todos os presentes. São, sem dúvida, estes pequenos grandes gestos que nos fazem acreditar que o mundo pode ser sempre melhor.



Comemoração do Natal

As instalações do Lar de Idosos e Centro de Dia Humberto Silveira Fernandes, no dia 22 de Dezembro, voltaram a encher-se de animação e de alegria para a realização da tradicional Festa do Natal dos nossos utentes.

Esta festa reuniu cerca de 170 idosos das valências de Lar de Idosos e Centro de Dia Humberto Silveira Fernandes, Centro de Dia de Rio de Moinhos, Lar de Idosos Josefina Silveira Fernandes e Serviço de Apoio Domiciliário, a qual se juntaram os Elementos da Mesa Administrativa e as colaboradoras das respectivas valências.

A comemoração desta data festiva iniciou-se pela manhã, com a celebração de uma eucaristia presidida pelo Sr. Pe. Marcelino Caldeira, à qual se seguiu um almoço convívio, onde todos os





presentes puderam conviver e confraternizar. Com o objectivo de se continuar a promover o convívio intergeracional e institucional, a animação ficou a cargo da Tuna da Universidade Sénior da SCMB, dos meninos do CATL e das colaboradoras dos Lares de Idosos e dos Centros de Dia. Os elementos da Tuna da Universidade Sénior cantaram belas canções tradicionais, os meninos do CATL representaram e cantaram lindas canções de Natal e as colaboradoras do Lar Humberto recriaram um presépio vivo e apresentaram uma divertida coreografia natalícia. Por último, as colaboradoras do Lar Josefina e do Centro de Dia de Rio de Moinhos protagonizaram um momento carregado de simbolismo, com a apresentação de uma criativa e encantadora mensagem de Natal para todos os presentes. Depois da animação, todos os presentes foram convidados a saborear um delicioso lanche onde não faltou o tradicional Bolo-rei e a entrega de uma lembrança natalícia a todos os utentes. Graças ao empenho de todos os colaboradores, mais uma vez, a Festa de Natal dos nossos idosos foi um verdadeiro êxito, onde o verdadeiro espírito natalício esteve bem presente.

Agradecimento à Colaboradora Maria de Lurdes Teixeira

Após vários anos de dedicação à nossa Instituição, a Colaboradora Maria de Lurdes Teixeira aposentou-se no passado dia 29 de Fevereiro. A Santa Casa da Misericórdia de Borba agradece todo o empenho e dedicação, que ao longo dos anos pautaram a sua actuação no acompanhamento aos nossos utentes mais seniores. A Mesa Administrativa, as Coordenadoras, as Colegas e Utentes desejam muita sorte e saúde para esta nova etapa, que a vontade e empenho de fazer o bem continuem ao longo da sua vida.



Meninos da Creche e Jardim de Infância cantam as Janeiras

A alegria e boa-disposição dos "mais novos" voltaram a entrar nas instalações dos nossos Lares de Idosos, no passado dia 6 de Janeiro. Os meninos da Creche e Jardim-de-infância da Santa Casa da Misericórdia de Borba, no dia de Reis, cantaram as Janeiras aos utentes mais seniores da nossa instituição. Foi num tom muito afinadinho, mas também de certa forma agitado e divertido, que os meninos proporcionaram mais um momento de pura animação aos nossos utentes, sempre muito agradados com a visita dos mais novos. No final de toda a cantoria, os meninos, ainda distribuíram uma lembrança muito docinha a todos os presentes.



A Crescer e a Aprender...

A Creche e Jardim de Infância D. Ana Angélica da Silveira reúne esforços contínuos e conjuntos, no sentido de visar um ambiente estimulante e, ao mesmo tempo, acolhedor, no qual ocorram aprendizagens significativas e experiências activas que visem o desenvolvimento de diferentes capacidades e aptidões.

Ao longo deste 1º semestre realizaram-se diversas actividades lúdico-pedagógicas que permitiram ajudar as crianças a crescer e a aprender.

Na sociedade em que vivemos, a tradição tem sido deixada de lado e temos assistido a readaptações culturais, no entanto devemos ter consciência que cada criança é um indivíduo, a sua língua e a sua cultura modelam o seu

desenvolvimento, por isso conhecer as tradições familiares é conhecer a criança em toda a sua dimensão.

Desta forma, as tradições foram exploradas ao longo do ano, já que se revestem de extrema importância pois transmitem conhecimentos, ajudam a desenvolver competências e fomentam a curiosidade natural das crianças.

Foram realizadas algumas actividades integradas no Plano Anual 2011-12, entre as quais se destacam: o Dia de S. Martinho, o Natal e Dia de Reis.

Para comemorar o S. Martinho, todos degustaram as castanhas assadas acompanhadas do apetitoso sumo, ao som de canções alusivas ao mesmo.

A História de Natal foi contada, brilhantemente, pelas Aju





dantes de acção educativa, em ambiente de magia e cor, para todos os utentes deste estabelecimento, no dia 13 de Dezembro.

No dia 17 de Dezembro, as crianças festejaram o Natal na Creche e Jardim de Infância, como já vem sendo tradição. Os Pais foram convidados a assistir a excelentes prestações dos seus filhos e mais uma vez puderam presenciar um espectáculo fantástico, onde os "artistas" principais foram as crianças.

As representações e danças natalícias, executadas pelos mais pequenos, num ambiente caloroso proporcionaram momentos de grande emoção pois os mais pequenos comem-nos com as suas actuações, eles próprios são a alegria do nosso Natal...

Também o Dia de Reis não foi esquecido e no dia 6 de Janeiro, todas as crianças cantaram e encantaram com canções e poemas alusivos ao dia, o lanche foi servido para todos (sumo e bolo rei) e no final todos levaram para casa a coroa decorada por eles.



Pequenos Grandes Chefes...nas sessões de culinária

É cada vez mais urgente que as crianças adquiram hábitos alimentares saudáveis; uma alimentação diversificada que inclua muitos frutos e vegetais.

Dado que a alimentação é um processo educativo, é nosso objectivo contribuir para que as crianças comecem a desenvolver, desde cedo, o gosto por incluir estes alimentos na sua dieta alimentar.

O contacto informal com os alimentos e a apresentação destes como algo divertido foi a forma escolhida pela Dietista da Instituição para que as crianças construíssem uma imagem positiva sobre os vegetais, evitando atitudes de rejeição perante todos os alimentos de cor verde que aparecem no seu prato.

Conscientes de que nesta fase de desenvolvimento as crianças aprendem melhor quando os conhecimentos são apresentados de forma funcional, através de experiências, pelo que nas sessões de culinária, oferecem-se oportunidades para que as crianças possam explorar e contactar directamente com diversos alimentos, usando o seu corpo e os seus sentidos como instrumentos privilegiados de aprendizagem sobre o mundo que as rodeia.

CATL - Centro de Actividades de Tempos Livres

Na descoberta de talentos!

Grupo de Teatro "Anastácia e Grisella"

O CATL, como é do conhecimento geral desenvolve diariamente junto dos seus utentes actividades que permitem o desenvolvimento pessoal e social da criança.

Mais uma vez se reconhece o valor dessas actividades na aquisição de conhecimentos e competências, agora na área de expressão dramática, desenvolvida através do Grupo de Teatro "Anastácia e Grisella".

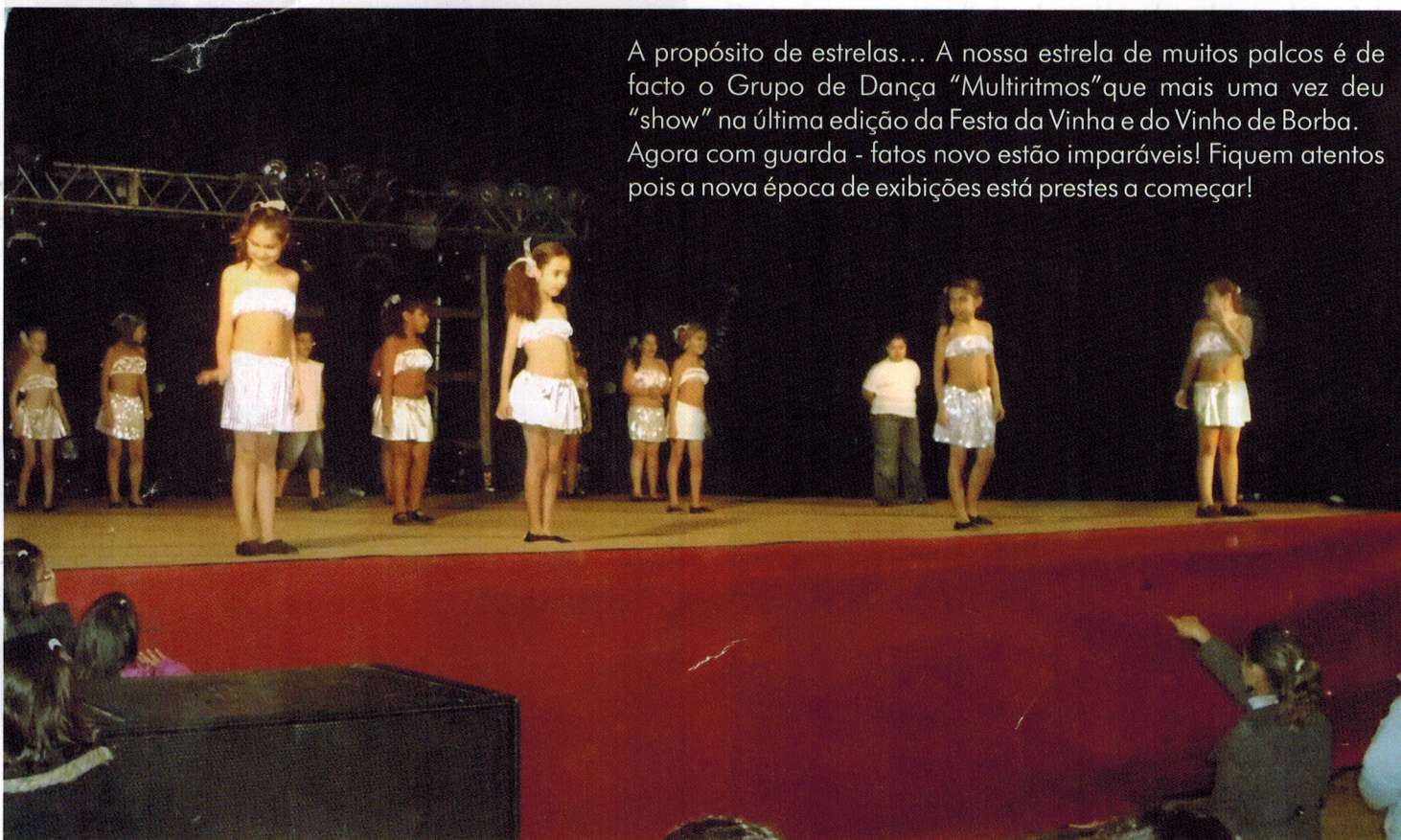
O grupo de teatro surgiu de forma espontânea para que se desse mais relevância a pecinhas de teatro infantil que vinham sendo realizadas ao longo dos anos.

Esta é uma das apostas do nosso Centro na criação de novas actividades de carácter sócio cultural que ainda não existiam no nosso Concelho.

Quem sabe não se descubrem no CATL algumas "estrelas" nacionais?



Grupo de Dança «Multiritmos»



A propósito de estrelas... A nossa estrela de muitos palcos é de facto o Grupo de Dança "Multiritmos" que mais uma vez deu "show" na última edição da Festa da Vinha e do Vinho de Borba. Agora com guarda - fatos novo estão imparáveis! Fiquem atentos pois a nova época de exibições está prestes a começar!



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BORBA

INSTITUIÇÃO PARTICULAR DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

Esclarecimento

A Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Borba, mais uma vez foi confrontada com uma informação por parte do Município de Borba, ao publicar um "AVISO" com informação que não é a mais correcta.

Desta forma e com o intuito de esclarecer, os Irmãos da Santa Casa da Misericórdia de Borba e a população em geral, e uma vez que o Município é obrigado ao abrigo do Art.º 1 da Lei nº 26/94, de 19 de Agosto de publicitar os valores atribuídos sob a forma de subsídios durante um determinado período, vê-se a Mesa Administrativa na obrigação de clarificar esta situação.

No ano de 2006 no âmbito do "**projecto de realojamento das famílias de etnia cigana**", onde participaram três entidades (Seg. Social, Município de Borba e Santa Casa da Misericórdia de Borba) foi solicitado que a Santa Casa substituísse o Município na sua componente financeira, no valor de 133 000 €, comprometendo-se o Município pagar à Misericórdia o valor de 33 250 € por 4 (quatro) tranches da seguinte forma:

- 1ª tranche – a meio da obra, com metade da montagem executada;
- 2ª tranche – no fim da obra;
- 3ª tranche – 30 dias após a conclusão da obra;
- 4ª tranche – 60 dias após a conclusão da obra.

Destas tranches, o Município só pagou a primeira conforme o acordado.

Os restantes 99 750 €, 4 (quatro) anos depois, nomeadamente a 28 de Maio de 2010, o Chefe de Divisão Administrativa Financeira, veio propor à Mesa Administrativa o pagamento em 21 prestações mensais no valor de 4750€ cada, alegando dificuldades na tesouraria do Município, isto é, o pagamento da dívida iria prolongar-se até Fevereiro de 2012. Naturalmente, num espírito de colaboração, a Mesa Administrativa aceitou a proposta apresentada não considerando qualquer valor como juros do empréstimo realizado.

Tudo estaria normal se a natureza dos valores corresponde-se a subsídios propriamente ditos, contudo os valores em causa mais não são, pelo exposto anteriormente, o pagamento de uma dívida que o Município contraiu junto da Santa Casa da Misericórdia de Borba. Sabemos, no entanto, com base em informações prestadas pelos serviços do Município que esta foi a forma técnica encontrada para justificar as transferências dos valores.

Assim sendo o pagamento de uma dívida, o Município de Borba pelos condicionalismos já expostos, transformou-a num subsídio, criando perplexidade nos Irmãos da Santa Casa, pois não viam reflectido o mesmo, nas contas da Instituição Santa Casa.

É também importante, os Irmãos e a população em geral saberem que nos últimos 10 (dez) anos a Misericórdia não recebeu qualquer subsídio do Município.

Ao emitirmos este esclarecimento pretendemos exclusivamente clarificar uma informação que pelos condicionalismos, tem vindo a criar equívocos e interrogações junto da população e, possivelmente, de Instituições beneficiárias dos subsídios.

Com os melhores cumprimentos
A Mesa Administrativa

Actividades realizadas com os utentes do Apoio Domiciliário e a sua alimentação

Foram diversas as actividades realizadas com os utentes do Apoio Domiciliário, sendo uma delas o rastreio à desnutrição, onde foi utilizado um questionário submetido a vários estudos de investigação, uma balança e fita métrica para medição da altura, tendo o objectivo de sinalizar quais os utentes que se encontram em risco de desnutrição e dar mais apoio nutricional nesses casos.

Outra actividade realizada com estes utentes foi o rastreio à obesidade, no âmbito da comemoração do dia mundial da Diabetes, dia 14 de Novembro, nesta actividade foi utilizada uma balança e fita métrica, e teve o objectivo de sinalizar os utentes com excesso de peso. Os utentes que se encontravam com excesso de peso receberam alguns conselhos nutricionais para diminuírem a sua massa corporal. Ainda no âmbito da comemoração do dia mundial da Diabetes, foi preparada uma sessão sobre a Diabetes Mellitus e o Acidente Cardiovascular Cerebral, também conhecido como AVC.

Ainda com os utentes do Apoio Domiciliário foram elabora-

dos dois bolos rei, para comemorar o dia de Reis, dia 6 de Janeiro, esta actividade tem também como objectivo fazer com que os utentes se sintam novamente úteis e se recordem dos tempos felizes de antigamente.

A alimentação para os utentes do Apoio Domiciliário tem duas vertentes, têm a Dieta Geral e a Dieta Ligeira. A dieta geral é para os utentes que não têm restrições alimentares. Enquanto a dieta ligeira é para utentes que tenha algum tipo de restrição alimentar, como é o caso dos utentes com Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus ou alguma patologia a nível dos intestinos e não possa comer determinados alimentos, este tipo de dieta é restrita em confecções que sejam elaboradas com muita gordura, como é o caso dos fritos e refogados, ou alimentos que contenham muita gordura como é o caso das carnes gordas, como enchidos e toucinho. Ainda existem dietas especiais para utentes com Insuficiência Renal Crónica, em que é preparada uma dieta especial com redução de batata e vegetais cozidos em duas águas, como é recomendado nestes casos.



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BORBA



Os Bancos Alimentares Contra a Fome lançaram, uma nova campanha "Papel por Alimentos", de âmbito nacional, com contornos ambientais e de solidariedade com a qual pretendem incentivar a população a trocar papel usado por alimentos.

Se tem papel, revistas, jornais em casa contribua...

Entregue no Centro Comunitário junto ao Lar de Idosos, no Centro de Dia de Rio de Moinhos ou no Pólo da Orada...

O seu "papel é importante"...



Serviço de Apoio Domiciliário no Mundo das Telecomunicações... uma nova aposta para um novo serviço...

Tele-Assistência chegou ao concelho de Borba

Atenta ao crescente envelhecimento da população do Concelho de Borba, às exigências e expectativas das pessoas idosas e/ou em situação de dependência, a Santa Casa da Misericórdia de Borba (SCMB) tem procurado inovar e acrescentar valor e qualidade às suas respostas sociais.

Tem, igualmente, procurado desenvolver uma estratégia de manutenção do adulto mais idoso no seu próprio domicílio. Nesse sentido e ciente que as tecnologias, para além de reduzirem o isolamento, contribuem para a melhoria da

auto-estima e das competências pessoais e sociais, a SCMB implementou o serviço de Tele-assistência com o objectivo de melhorar a qualidade de vida, promover a segurança, autonomia e participação social dos utentes do Serviço de Apoio Domiciliário.

Este é um serviço preventivo de proximidade que pretende dar uma resposta rápida às situações de emergência e reduzir a solidão. Trata-se de um serviço que funciona 7 dias por semana, 365 dias por ano.

Os utilizadores deste serviço podem sempre ligar ou accionar um botão de alarme, através de um número Verde pré-programado no equipamento, a qualquer hora do dia.

A quebra do isolamento passa, num primeiro momento, pela promoção do diálogo entre o utente e a assistente que recebe a chamada, através de escuta activa, que consoante o assunto ou questão colocada toma as devidas diligências.

Este novo serviço de Tele-assistência permitirá controlar os seus objectivos de eficácia e eficiência, designadamente

quanto à satisfação dos clientes, ao desempenho do sistema e dos seus actores. É importante que se garanta uma boa articulação entre os vários prestadores de serviços e cuidados, assegurando uma eficiente assistência técnica aos equipamentos de base tecnológica comunicacional e informacional.

Se por um lado a saúde e a inclusão permitem uma redução e optimização dos custos, fazendo frente a um modelo social em crise, pelo envelhecimento da população, aumento



do número de situações de dependência e utilização massiva das respostas sociais, por outro, a tecnologia não deixa de nos surpreender com a sua natureza evolutiva constante, capaz de oferecer uma resposta eficaz a quem mais precisa. A aposta neste novo serviço continua na inovação e no desenvolvimento científico e tecnológico na presente sociedade da informação e do conhecimento, ao serviço das pessoas mais vulneráveis, é por excelência um desígnio e uma oportunidade que esta instituição tem sabido fazer na procura de mais eficiência, mais eficácia e maior qualidade no serviço que presta no Concelho de Borba.

Envelhecimento activo

O aumento da esperança média de vida bem como o envelhecimento da população são fenómenos que Portugal enfrenta, e a um ritmo acelerado, verificando-se um aumento das pessoas idosas e uma diminuição da população mais nova.

Face a esta realidade há que ter em conta a promoção de um envelhecimento activo, que se define como o conjunto de atitudes e comportamentos que o indivíduo pode apresentar de forma a prevenir ou adiar as dificuldades que o envelhecimento acarreta.

Se inicialmente a principal preocupação dos investigadores era conseguir que cada pessoa vivesse o maior número de anos, hoje a preocupação não é só a longevidade mas também a qualidade de vida dos indivíduos nessa etapa. E o interesse passa não só pela tentativa de evitar doenças físicas, que provocam mal-estar, mas sobretudo a qualidade de vida em termos de bem-estar psíquico.

O envelhecimento activo pressupõe a existência de autonomia, independência nas actividades de vida diária, qualidade de vida e esperança de uma vida saudável.

O envelhecimento tem várias componentes, nomeadamente o envelhecimento biológico, o envelhecimento social e o envelhecimento psicológico, e as alterações que ocorrem nesta fase da vida variam em cada indivíduo dado que são grandemente influenciadas pela informação genética e pelo estilo de vida que cada um adopta.

Fisicamente, a alimentação saudável, a prática de exercício físico, a exposição moderada ao sol, a hidratação e o repouso são elementos essenciais para o bem-estar da pessoa. Contudo para nos sentirmos bem não basta estarmos bem fisicamente, é necessário possuir as nossas faculdades mentais conservadas e activas, sendo esta uma peça chave do envelhecimento activo. É importante estimular as funções cognitivas, tais como a atenção, a memória, o raciocínio, para que estas capacidades se preservem, caso contrário, acabam por enfraquecer. Existem inúmeras formas de estimular as funções cognitivas, e cada pessoa deve utilizar os métodos que mais se enquadram nos seus gostos pessoais, como manter hábitos regulares de leitura, participação em debates, resolução de problemas, palavras cruzadas, charadas, fazer contas sem a calculadora, etc, o que importa é que o cérebro esteja a trabalhar.

O envelhecimento deve ser encarado como uma etapa de ganhos de sabedoria e não de perdas de qualidades...



Ano Europeu do **Envelhecimento Activo**
e da **Solidariedade entre Gerações 2012**





Universidade Sénior de Borba

Comemoração do VI Aniversário da USB

No passado dia 19 de Novembro de 2011, a Universidade Sénior de Borba comemorou o seu 6º Aniversário. Para assinalar este grande dia realizamos uma festa, onde contamos com a presença de todos os alunos, professores e membros da Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Borba e do Grupo de Dança Sénior da Academia

Sénior de Estremoz.

Após as actuações da nossa Tuna e do Grupo de Dança, a Mesa Administrativa tomou a palavra e transmitiu uma mensagem de apoio e reconhecimento pelo trabalho desenvolvido em equipa. De seguida foi oferecido um lanche e partilhado um grande momento de alegria e convívio.

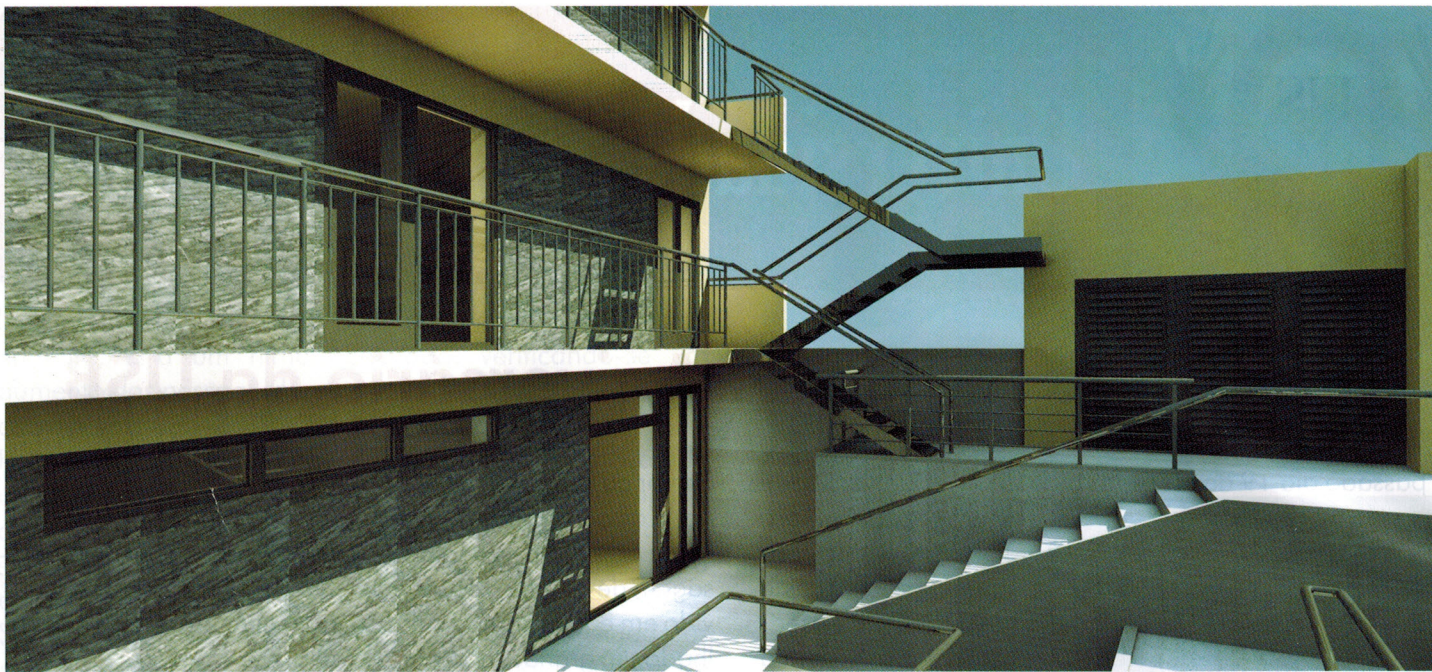


Cantar as Janeiras... e manter a solidariedade intergeracional

Tuna Sénior da Santa Casa de Borba e Alunos do 1º Ciclo do Agrupamento de Escolas de Borba cantaram as Janeiras junto das Entidades Oficiais do Concelho, no

passado dia 6 de Janeiro de 2012. Eis uma iniciativa de extrema importância neste Ano Europeu do Envelhecimento Activo e da Solidariedade entre Gerações.





Obras do novo Lar da SCM de Borba a decorrer a bom ritmo

As obras de reconstrução e remodelação de um edifício, iniciadas no mês de Outubro de 2011, para implementação de um novo Lar de Idosos da Santa Casa da Misericórdia de Borba, encontram-se a decorrer a bom ritmo. Este novo Lar de Idosos, de qualidade superior, irá possibilitar o acolhimento e a prestação de cuidados de higiene, saúde, alimentação, ocupação/lazer e tratamento de roupa, de

modo a promover o máximo de bem-estar e qualidade de vida de todos os seus futuros residentes, bem como a criação de um novo posto de trabalho no nosso Concelho. Esta nova valência ficará ligada a todo o complexo da Aldeia Social da Quinta da Prata, permitindo a interação com as restantes valências aí situadas.

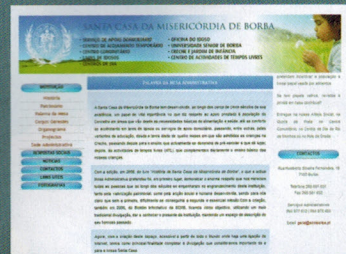


ARQUITECTURA
MANUEL LETRAS VIVAS
 ARQUITECTURA, IMPRESSÃO LÍQUIDA
 Consultores de Arquitectura e Engenharia
 Tel. 21.9416123. Tel. / Fax 21.9416126
 mail: letviv@mapa.pt



visite o nosso site

www.scmborba.pt



A Inter geracionalidade presente no Dia de Reis

As nossas valências de Creche e Jardim de Infância para assinalar o Dia de Reis presentearam os nossos Idosos com uma lembrança muito doce.

Prepararam bolinhos de manteiga e adornados com as suas coroas de Reis Magos deslocaram-se aos Lares Humberto e Josefina Silveira Fernandes "mimando" os utentes com canções e poemas alusivos ao dia, finalizando com a entrega da lembrança.

Os Idosos ficaram maravilhados com presença alegre das crianças.

Os utentes de SAD não foram esquecidos e também eles receberam nesse dia um pequeno presente elaborados pelos mais pequenos.



A inter geracionalidade é algo que nos orgulhamos, pois a convivência entre crianças e idosos evoca ao convívio salutar entre todos e dinamiza a Instituição.

Acção de Sensibilização: "Segurança Infantil"

Como também é nossa preocupação garantir o bem estar e a segurança das crianças, no dia 18 de Janeiro realizou-se uma acção de sensibilização sobre segurança infantil dinamizada pelos Agentes da Escola Segura (GNR), nas instalações da Creche e Jardim de Infância. O objectivo desta acção foi sensibilizar os Pais/Encarregados de Educação para o cumprimento das regras da segurança rodoviária e aquisição de hábitos de prevenção de acidentes infantis.

Guias de Portugal animam crianças e idosos

No passado dia 19 de Dezembro um grupo de oito jovens Guias de Portugal visitou as valências de Creche e Jardim de Infância (de manhã) e Lares de Idosos (no período da tarde).



A Associação de Guias de Portugal é uma associação exclusivamente feminina e multifacetada que tem como objectivo dotar os seus elementos de "instrumentos" que lhes permitam valorizarem-se a si próprias e enquanto cidadãs da comunidade. A visita insere-se no projecto de voluntariado ligado a acções de solidariedade social. Assim foi proporcionado um dia diferente e animado para todos os utentes crianças e idosos, repleto de canções, jogos desenhos, atenção e sobretudo muito carinho.

As Ciências na Creche e Jardim de Infância: Explorando... reacções vulcânicas

No passado dia 22 de Novembro, as Educadoras da Creche e Jardim-de-Infância conceberam e dinamizaram uma actividade promotora, na área do Conhecimento do Mundo, com vista ao desenvolvimento de cidadãos mais competentes nas suas dimensões pessoal, social e profissional, realizando uma experiência para as crianças da valência - vulcão. Foi uma actividade que decorreu de forma entusiasmante. Com esta experiência, através da brincadeira, estimulamos nas nossas crianças o entusiasmo e o interesse pelas ciências.



Com esta experiência, através da brincadeira, estimulamos nas nossas crianças o entusiasmo e o interesse pelas ciências.

Com esta experiência, através da brincadeira, estimulamos nas nossas crianças o entusiasmo e o interesse pelas ciências.

Nota de Agradecimento

Queremos aproveitar para agradecer a todos os colaboradores que têm escrito e colaborado com o Boletim da Santa Casa da Misericórdia de Borba. Este Boletim é de todos nós e só graças ao trabalho e empenho de diversas pessoas tem sido possível a melhoria contínua desde o primeiro número que editámos.

Não nos podemos esquecer dos nossos patrocinadores. Um grande bem haja para todas as empresas que, com o

seu apoio monetário, têm permitido que possamos ter um Boletim que orgulha toda a Instituição. Esperamos também que, fruto da visibilidade no Concelho de Borba e Concelhos limítrofes do nosso Boletim, os nossos patrocinadores tenham retorno do seu investimento pois estão a divulgar os seus produtos e serviços a um leque muito vasto de pessoas que recebem o nosso Boletim.



SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BORBA

Dom Borba
O BOM SABOR DA NOSSA TERRA

geral@borbazeite.com
www.borbazeite.com

SVB
Sociedade de Vinhos de Borba, Lda

Rua S. Bartolomeu, 46 - 7110-162 BORBA
Tel.: 268 894 210 - Fax: 268 894 394
ALENTEJO - PORTUGAL
E-mail: svb@borbazeite.com



Comércio de produtos e Sistemas de Higiene

Rua Tomás S. Pinto, Lote 26, 5º frente
6000-285 Castelo Branco
Tel.: 272 343 541



FRUTAS FRANCO

Sofia João Quintas Franco

Rua 1.º de Maio, Lote 223
Telems: 968 537 521 / 934 246 757
7160 - 230 Vila Viçosa



Armazenista de Artigos para Papelaria

Mobiliário de Escritório

Indústria e Comércio de Brindes Publicitários

Rua Agostinho Cabral, 13 - 7160-267 Vila Viçosa
Tel./Fax: 268 881 070 - Telem.: 963 472 896 / 8



CEREALPOR
Cereais de Portalegre Ida.

Tapada de Surdo - 7300-312 ALEGRETE
Alentejo - Portugal
Tel. 351 245 950 030 - 351 245 965 162 - Fax 351 245 965 226
e-mail: cerealpor@mail.telepac.pt



Zona Industrial, Lote 28
7100-147 Estremoz
PORTUGAL



AGN PAPEL

Comércio de Materiais de Escritório, Lda.

Sede: Bairro do Pião, 48 - NORA - 7150-111 BORBA
Escritório e Vendas: Rua Egas Moniz, n.º 16
Zona Ind. Cruz de Cristo - 7150-237 BORBA
Telefones: 268 891 881/2 - Fax: 268 891 880