

LAR DE SÃO JOSÉ



INSTITUIÇÃO PARTICULAR DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE APOIO À TERCEIRA IDADE

Desafio e resposta é um esquema simples, mas provocante.

Vamos todos vencer os cardos semeados no caminho, triunfar nas dificuldades colectivas, dando resposta aos problemas das circunstâncias do meio e do acontecer.

Será uma vitória colectiva da inteligência e da vontade, uma vitória do sacrificio, é certo, mas que será comparticipada por todos.

Vencerá a comunidade, que é também, o crescimento das raízes, que foram lançadas à Terra, nos campos da cultura, da investigação, da educação, da amizade, do civismo e sobretudo "humanidade" e serviço desinteressado.

Dr. José Luís de Brito Rocha

Presidente da Direcção desde 1984



Na foto (da esquerda para a direita)

O Tesoureiro — António Tomaz Pereira

O Presidente da Assembleia Geral — José Gil Barreiros

O Presidente do Conselho Fiscal — José Lopes dos Santos Pinto

O Presidente da Direcção — Dr. José Luís de Brito Rocha

O Secretário — António José de Almeida

Livro de Ouro

"Os que moram nesta casa têm um não sei quê, que nos encanta: possuem o sorriso das almas satisfeitas e parece que não presentem o Pôr do Sol . . .

No seu ar morno, alegre e contente, adivinha-se o que vai naqueles espiritos prestes a extinguirem-se: é uma luz que bruxoleia os últimos lampejos: é uma esperança que revive no despertar de mais uma manhã: é a vontade e o prazer incomparável de viver!

Saio daqui com a alma satisfeita! . . .

E nesta casa dos pobrezinhos, onde também moram a Caridade e o Amor, aperto com sincero afecto, a mão da benemérita Direcção, pelos momentos felizes que me proporcionou."

Outubro de 1927

Mário Quintela



"É uma obra de filantropia social esta. E é porque a sua administração modelar compreendeu que a Covilhã trabalhadora se diminuia não a mantendo, também o é porque todos os Covilhanenses a auxiliam. Observa-se isto em todas as classes. Assim o diz quem na sua vida de jornalista acompanha as tendências da sua terra."

11 de Dezembro de 1929

José Ramalho

"É esta uma das obras mais simpáticas que me tem sido dado observar. As minhas saudações mais calorosas apresento a todos os que n'ela colaboram e prometo quanto em mim caiba auxiliar."

16 de Junho de 1930

General Carmona



"Impressionou-me profundamente posso dizer, que me comoveu o generoso e vivo empenhamento que a actual Direcção tem posto na administração desta Casa.

Este esforço de completa remodelação do Albergue merece-me os mais quentes louvores porque vejo nesta administração a aliança que é de desejar em todas as administrações de estabelecimentos de assistência da chamada caridade cristã, com a competência e o sã critério administrativo. Vou daqui orgulhoso como covilhanense e ficaria feliz se puder colaborar, dentro das possibilidades de sub-secretário da assistência, nos problemas desta instituição."

14 de Outubro de 1954

Dr. José Guilherme de Melo e Castro

"À Direcção do Lar de São José, às Irmãs, às Empregadas e a todos os Utentes desejo coragem e a esperança para construirem aqui uma autêntica Família. Que a bondade e a alegria presidam a esta Família."

27 de Junho de 1980

D. António, Bispo da Guarda



"O Lar de São José é uma obra de cariz humano que muito me impressionou e que julgo merecedora de todo o apoio e solidariedade possíveis. Procurarei dá-los nos limites ao meu alcance, em homenagem ao povo e à cidade da Covilhã."

29 de Setembro de 1984

Dr. João Gomes

"Na (era do vazio), do narcisismo, do individualismo, de que fala Tilles Lipovetky, é comovedor, é gratificante encontrar tanta solidariedade social, tanta preocupação com os outros, os mais carenciados, debilitados e que já deram o seu contributo à sociedade.

Felicito a Direcção do Lar de São José pelo esforço de reconstrução e dignificação das instalações, pela preocupação em bem servir os cidadãos desta terra, nos últimos tempos de vida."

10 de Junho de 1989

Dr.^a Edite Estrela

"Ao Lar de São José que tive a honra de hoje pela 1ª vez visitar e a todos os que com grande amor e carinho contribuíram para esta obra, a minha mais sincera homenagem."

5 de Julho de 1990

Dr.^a Ana Manso



Um coração sensível e atento, é uma qualidade indispensável a quem se dedica às pessoas da Terceira Idade.



**VISITA DO EXMO. SENHOR DR. SILVA PENEDA, MINISTRO DO EMPREGO E
SEGURANÇA SOCIAL, AO LAR DE SÃO JOSÉ, ACOMPANHADO PELO
PRESIDENTE DA DIRECÇÃO DR. BRITO ROCHA, EM 23/06/90**



**ASSINATURA DO LIVRO DE OURO DA INSTITUIÇÃO,
PELO EXMO. SENHOR DR. SILVA PENEDA. - 23/06/90**



**ASSINATURA DO LIVRO DE OURO PELO SENHOR PRESIDENTE DA
CÂMARA MUNICIPAL DA COVILHÃ, CARLOS ALBERTO PINTO - 23/06/90**



**ASSINATURA DO LIVRO DE OURO PELO SENHOR
DR. JOSÉ DA CRUZ PENEDO, PRESIDENTE DO CONSELHO DIRECTIVO
DO CENTRO REGIONAL DE SEGURANÇA SOCIAL DE CASTELO BRANCO
23/06/90**



**ASSINATURA DO LIVRO DE OURO PELO SENHOR GOVERNADOR
CIVIL DE CASTELO BRANCO, COMENDADOR ALBERTO ROMÃOZINHO.**



**VISITA ÀS INSTALAÇÕES
23/06/90**





"É sempre importante para mim e dentro da linha de preocupações que me orientam, visitar instituições da qualidade desta.

Aliás elas são a prova de que a solidariedade permanece viva na sociedade portuguesa."

7 de Janeiro de 1991

Dr.ª Maria de Jesus Barroso Soares

"Com toda a minha solidariedade por este magnífico exemplo de vida de carinho, de amor e com um grande abraço de apreço e admiração pelo seu grande admirador e meu querido amigo Dr. Brito Rocha."

7 de Janeiro de 1991

Eng.º António Guterres



MOMENTO DE CONVÍVIO — 7/01/91



**VISITA ÀS INSTALAÇÕES PELA SENHORA
DR.ª MARIA JESUS BARROSO SOARES**

7/01/91



INSTALAÇÕES DO LAR DE SÃO JOSÉ



**1º ANDAR
RECONSTRUIDO**



SALA DE CONVÍVIO



HAAL DE ENFERMARIA



REFEITÓRIO



BAR





COZINHA



RECOLHA DE OBJECTOS DEIXADOS À INSTITUIÇÃO



ADEGA



VIATURA DE APOIO DOMICILIÁRIO, NUM DOS BAIRROS POBRES DA CIDADE



ENTREGA E BENÇÃO DA NOVA VIATURA, OBTIDA COM A VERBA DADA PELA ASSOCIAÇÃO DAS MULHERES DOS DIPLOMATAS PORTUGUESES (Prémio Bazar)



APOIO DOMICILIÁRIO



Seria bom que todos os que trabalham e se dedicam à Terceira Idade, possuíssem sentimentos tais que todas as suas atitudes e acções reflectissem um verdadeiro afecto e exprimissem um profundo calor humano.



APOIO DOMICILIÁRIO



Cada vez a sociedade é mais complexa; sociedade competitiva. Deixa-se para trás os que não podem acompanhar a evolução e competição.

E esta marginalidade vai aumentar se não se criarem condições necessárias, se não houver evolução cultural para que as pessoas se possam incorporar neste sistema.



A SAÚDE



O CALOR HUMANO, a presença amiga, acolhedora, calma e sem pressas, são extraordinariamente eficazes para o bem-estar do Idoso.

*Nas fotos:
Dr.^a Maria do Carmo Adriano e
a Enfermeira Marie Noéle*

A SAÚDE

INTRODUÇÃO

Em Portugal, como no Mundo, a esperança de vida à nascença tem vindo a aumentar levando conseqüentemente ao aumento da população idosa.

Os problemas de saúde colocados pelos idosos são mais diversos do que os que põe a população de outros grupos etários, não só no plano clínico, mas também no plano ético, dada a cronicidade da sua patologia e a proximidade da morte, que confronta o médico e não só, com situações de resolução difícil.

Pretende-se com este plano uma qualidade de trabalho que engloba, não só a Equipe de Saúde, mas também todos os trabalhadores da casa, de molde a poder proporcionar uma qualidade de saúde crescente, sem esquecer o direito à dignidade humana.

OBJECTIVO GERAL

Proporcionar um "Bem-estar" dos residentes e trabalhadores do Lar.

OBJECTIVOS INTERMÉDIOS

Há factores sociais, como a reforma, a morte do cônjuge e o isolamento familiar ou social, que implicam no comportamento e na evolução da doença do IDOSO.

Para uma intervenção na área dos trabalhadores pretende-se desenvolver ACTIVIDADES:

— Sensibilizar os trabalhadores para a necessidade de adquirirem conhecimentos e atitudes de modo a melhorarem o seu "Conhecimento do Idoso",

com:

- Reuniões de Serviço periódicas por sectores.
- Acções de Formação.
- Promover a Saúde dos trabalhadores, desenvolvendo uma Medicina Preventiva

com:

- *Detecção dos grupos de risco (Exame Médico Periódico).*
- *Rastreio da Tuberculose (Ida ao SLAT - Micro e Mantoux).*
- *Vacinação (Anti-tetânica, Anti-gripal, Hepatite B (?)).*

O Idoso é já um grupo de risco, sendo necessário proporcionar um apoio à manutenção do Equilíbrio / Saúde do Idoso.

Para uma intervenção na área do Idoso residente, pretende-se desenvolver ACTIVIDADES:

— Caracterizar o Ficheiro por "grupos de risco" para assim vigiar globalmente o estado de saúde dos idosos, organizando a consulta de acordo com as necessidades detectadas.

— Rastreio da Tuberculose (Ida ao SLAT - Microradiografia).

— Vacinação Anti-gripal (?).

— "Uniformizar" a medicação habitual para melhor control e evitar a sobremedicação frequentemente constatada.

— Promover a ocupação dos tempos livres para reabilitação física e psíquica do Idoso com:

— Criação de um pequeno ginásio com algum equipamento (bolas, barras . . .) para o idoso poder fazer exercício físico e ao mesmo tempo, psíquico, de preferência orientado por Técnico competente.

— Desenvolvimento das ocupações já existentes (Terapêutica Ocupacional).

— Incentivar o idoso na colaboração de pequenas tarefas caseiras (fazer camas, limpar o pó, descascar batatas . . .).

O SENTIDO DA DOENÇA NA IDADE AVANÇADA

"Será o começo do meu fim próximo"?

— É necessário apoiar o idoso na doença aguda nos primeiros dias do tratamento com:

• A instalação de uma sala de observação com camas articuladas, oxigénio, soros e medicação injectável "urgente", para um tratamento vigiado de doenças passíveis de tratamento ambulatorio continuando a referenciar para o Hospital Distrital da Covilhã as situações não resolúveis em ambulatorio.

• A vigilância permanente da alimentação, medicação, control de soros, temperatura, tensão arterial, diurese, necessitando para isso, de apoio de pessoal auxiliar, pois torna-se impossível a Sra. Enfermeira, sozinha, atender todas as solicitações (são 170 residentes idosos e 65 trabalhadores).

• Torna-se necessário apoiar o idoso doente em fase terminal Humanizando os últimos dias de vida, facultando-lhe uma assistência contínua por parte do Lar (Padre, Médico, Enfermeira, Pessoal Auxiliar) e familiares (desde que o queiram).

Para tal efeito é imprescindível a existência de um quarto de "isolamento".

"O VELHO É DEMASIADO FRÁGIL PARA SUPORTAR UM TRATAMENTO, MAS TAMBÉM É FRÁGIL PARA SUPORTAR A DOENÇA".

O tratamento é a arte de navegar entre riscos opostos.

"DEVAGAR SE VAI AO LONGE . . .".

Dra. Maria do Carmo G. S. Mendes Adriano



CONSUMO DE FÁRMACOS NO IDOSO

Terapêutica habitual para 170 Utentes

Terapêutica Habitual	Homens		Mulheres	
	Utentes	%	Utentes	%
• nenhuma	12	18%	9	9%
• ocasional	14	21%	12	13%
• 1 fármaco / dia	2	3%	9	9%
• 2 fármacos / dia	6	8%	8	9%
• 3 fármacos / dia	2	3%	7	7%
• + 3 fármacos / dia	30	44%	44	40%
• outra	2	3%	13	13%

O JARDIM

Iludir os anos é algo, mas não basta, importa é superá-los a todo o momento com alegria e determinação.



A rosa no Cancioneiro Popular

*Chamaste-me trigueirinha,
isto é do pó da areia.
Hás-de ver-me ao domingo
como a rosa na roseira!*



O JARDIM



A natureza é o melhor tonificante para o Idoso. O ar puro, coado pela vegetação mimosa, varre da imaginação os pensamentos sombrios; as cores vivas das rosas, dos malmequeres e o verde dos pinheiros, inspiram-nos o sentido do belo, elevam-nos acima de nós próprios e no silêncio da noite, a vegetação vai crescendo e a paisagem torna-se cativante.



O JARDIM



Na velhice é muito importante ter amigos, pois os inimigos da velhice são o tédio e a solidão.





RUGAS! . . .

*Humano rosto enrugado
Labirinto sem saída
Face do nosso passado
Espelho da nossa vida . . .*

*Caminhada no final
Rosto dos nossos avós
Triste impressão digital
Do tempo a fugir em nós . . .*

*Terra lavrada dos anos
Que sobre nós vão passando . . .
Alegrias, desenganos
Tudo o rosto vai mostrando . . .*

*Retrato de fim de tarde
Sorrir dum calmo sol-posto
Raio de sol que ainda arde
Ali, à flor do rosto . . .*

*Rugas, cabelos de neve
Página triste e já lida
Imagens que a vida escreve
Na breve história da vida . . .*

*No esboço dum sorriso
Feito de rugas, num velho
Saibamos ler este aviso:
O seu rosto, é o nosso espelho . . .*

Recolha de

Teresa Brito



*"Felizes tempos os da mocidade! . . .
Já se extinguiu em nós toda a bravura.
É como aves a fugir da tempestade
Para os ninhos ocultos na verdura."*

Augusto Gil





À BEIRA MAR

*O sol, a pouco e pouco,
Escondê-se no mar.
Na terra, a voz do sino
Convoca a meditar.*

*Que mística poesia
A vastidão encerra!
A alvorecer no céu,
E a escurecer na terra.*

*As auras suspirando
Dizem segredos mil.
Os passarinhos findam
Seus cânticos de abril.*

*E as ondas bailarinas,
À luz da lua cheia
De sapatinhos brancos
Deslizam pela areia.*

*Na terra, já não há
Bulício, nem rumor.
É noite. Só não dormem
As vítimas do amor.*

*A lua, que desponta,
Começa-se a mirar
No buliçoso espelho
Do verde-azul do mar*

Recolha de

Rodrigues

FÉRIAS NA PRAIA DE MIRA



É uma verdade indestrutível não se poder fugir ao envelhecimento. São leis impostas pela Natureza. Mas uma coisa é envelhecer passivamente "doentamente" curtindo amarguras, aceitando o facto como um fatalismo contra o qual não adianta lutar e outra, bem diferente, totalmente positiva, é a decisão de assumir a sua condição de Idosos como um período da existência digno de ser bem vivido, tirando o maior e o melhor partido dessa fase da vida.



FÉRIAS NA PRAIA DE MIRA



A velhice é o coroamento das etapas da vida. Ela traz em si a colheita do que se aprendeu e viveu, a colheita de quanto se fez e foi alcançado, a colheita de quanto se sofreu e se suportou.



FÉRIAS NA PRAIA DE MIRA



Acompanhar, consiste em ajudar a encher a vida do Idoso de algumas satisfações e realização pessoal com coisas simples da vida.



QUANDO O TRABALHO É TERAPÊUTICA

Quando em estado lúcido, com todas as suas faculdades físicas e psíquicas normais um idoso entra no Lar, num ambiente totalmente desconhecido, por vezes lhe parece confuso, gosta de saber como decorrem os dias das outras pessoas que ali vai encontrar.

Aquelas pessoas que aqui vem encontrar são humanos. Por mais diminuídos que sejam, há sempre neles um valor que pode ser a todo o momento posto a render e a dar-lhes conseqüentemente a alegria da participação, convívio e ajuda fraterna. E o trabalho que cada qual desenvolve, consoante o que pode, é a grande terapêutica na velhice.

Nunca se proíbe o idoso de trabalhar.

O Luizinho trata dos patos;

O Ti Chico dos porcos;

O Senhor Jerónimo das galinhas;

O Toninho na limpeza do jardim;

A Teolinda ajuda no refeitório;

A Senhora Florinda na Cozinha;

Uma faz tricot, outra crochet e outra bordados. . .

Por vezes trabalha-se até ao fim.

Belo exemplo nos dá a Carminha! . . .

Às vezes é só de mãos postas, em comunhão interior com os outros. Mas isto é trabalho também.

Quem não pode gostar do Luizinho, um homem idoso, trémulo e arrumado à bengala, que ainda tem forças para alimentar dezenas de patos, faz a limpeza do aviário e não se esquece de avisar quando lhe falta a farinha.

Os idosos são muitas vezes desmotivados para a vida, porque deixam de ter, ou não se lhes dá um projecto. E eles a certa altura interrogam-se; Para que é que eu vivo?

É normal que o idoso esteja bloqueado no seu sonho, ou pela sua saúde, pela parte económica, ou porque foi marginalizado ou isolado.

Qual é a nossa acção junto deles?

Desbloqueá-lo, abrir-lhe novas perspectivas e ajudá-lo a sonhar e acarinhá-lo.

A capacidade de criar não desaparece com a idade! . . .

Rodrigues

OCUPAÇÃO



O Idoso gosta e quer ser uma pessoa útil desde que lhe manifestem apreço pelos seus valores. Não o ignorem. Consultem-no. Peçam-lhe para participar nas actividades correntes. Ouçam-no nos seus anseios. No que gostaria de fazer e que lhe fizessem.

Escutem as suas opiniões. Ajudem-no nas suas aspirações e realizações. Utilizem os seus serviços.



OCUPAÇÃO



O idoso, ao tomar consciência da sua idade e limitações, frequentemente desanima.

Terá de se esforçar e ser ajudado para manter a confiança em si mesmo, o gosto pela vida e o interesse na realização pessoal.



OCUPAÇÃO



A horticultura, a jardinagem e a pecuária ocupam alguns dos nossos utentes. A malha é o tricot, ocupam várias mãos femininas.



VINDIMA



O que torna a vida deliciosa não é fazer aquilo de que gostamos, mas sim, gostar daquilo que fazemos.



VINDIMA



Revigorar a imagem do Idoso, tornando-o mais activo, participante e ajudando-o a envelhecer bem numa vida normal e sem angústia.



AVIÁRIO



A realização de actividades produtivas depende da vontade dos idosos mas também, do empenhamento e da dinamização que se põe no projecto: o estímulo à participação é fundamental.





Há pessoas que vivem eternamente de cara amarrada. Não são capazes de um sorriso. Parecem a melancolia personificada.

Tristeza ambulante de quem se esqueceu das flores, do sol, dos amigos . . .

Sorria como eu! Assim . . . o sorriso mais belo que você tem! . . .



CANTIGAS POPULARES À SENHORA DA PÓVOA

*Nossa Sr.^a da Póvoa
Vinde abaixo dai-me a mão,
Que a ladeira é comprida
Não me ajuda o coração.*

*Nossa Sr.^a da Póvoa
Vosso terreiro é de relvão,
Mandai-o lavrar Senhora
Que para o ano dará pão.*

*Nossa Sr.^a da Póvoa
O vosso menino chora,
Mandai-o calar Senhora
Que me quero ir embora.*

*Nossa Sr.^a da Póvoa
À vossa porta a rigor,
Se para o Ano voltar
Será com o meu amor.*

*Nossa Sr.^a da Póvoa
Que dais a quem vos vem ver,
Água da minha fonte
Se a quizerem beber.*

*Nossa Sr.^a da Póvoa
Vosso terreiro é de vidro,
Mandai-o lavrar Senhora
Que para o ano dará trigo.*



Recolha de

Teresa Santos

LAR DE S. JOSÉ — O PASSADO, O PRESENTE, O FUTURO

Faz 92 anos, que sobre a cidade da Covilhã, caiu um grande nevão.

Três Confrades da Conferência de S. Vicente de Paula, viram-se contragidos a prestar socorro e abrigo a alguns pobres que tinham a seu cargo e para isso arrendaram uma casa para o efeito.

Entretanto o número de pobres ia aumentando e na impossibilidade de continuarem com a sua administração directa, contrataram uma ordem religiosa, que passa a superintender sobre essa casa e que passou a designar-se "O Albergue dos Pobres".

A população da casa, orientada pelas Irmãs dos Pobres era em 1902 de 40 pobres.

Em 1940 foi adquirido um edifício e os terrenos anexos.

Em 1910, dado o carácter anti-clerical da revolução republicana foi imposto às Irmãs dos pobres, a obrigatoriedade de deixarem de usar hábito. Como não acederam abandonaram a Instituição.

É a partir dessa altura que a administração passa a ser exercida por leigos.

Só em 1927, o Albergue, volta a ter, como prestadores de serviços as Irmãs Franciscanas da Imaculada Conceição, que se mantêm até Outubro de 1985.

Em 3 de Outubro de 1949, foram aprovados os primeiros Estatutos desta Instituição.

Em 9 de Agosto de 1970, o Albergue dos Pobres, por sugestão da Direcção-geral da Assistência Social, passa a designar-se por Lar de São José.

Com o 25 de abril de 1974, viriam abrir-se novas perspectivas para uma mudança na política da 3ª Idade.

Em 1979, o Ministro dos Assuntos Sociais, O Covilhanense Dr. Morais Leitão, subsidia o Lar de São José, para ampliação das exíguas instalações.

Mas é a Direcção a que presido, eleita em Novembro de 1983, em que pela primeira vez na história do Lar de São José, concorreram 2 listas, que inicia a reconstrução e remodelação do edifício antigo, altera algumas estruturas do novo, para adaptar todas as instalações a uma melhor vivência dos idosos.

"Olhar o passado, vivendo o presente e preparar o futuro" foram as palavras, que pronunciei quando tomamos posse em 2 de Dezembro de 1983; e disse ainda: o passado convém olhá-lo bem de frente, com lealdade, com verdade, para emendar o que porventura foi menos bom e haurir forças para os dias que vão chegar e as grandes metas de reestruturação e organização que se vão empreender. E todos não seremos demais para todas essas tarefas.

Nessa data, não havia contabilidade organizada, apenas e só um livro de conta corrente que funcionava como "Saco azul" onde se movimentavam verbas elevadíssimas, como juros bancários, juros de obrigações, pagamento de horas extraordinárias a funcio-

nários, pagamentos de vencimentos a pessoal eventual, despesas de representação, dádivas, etc, etc.

Não, havia notas das dívidas, nem inventários dos bens imóveis, nota de devedores, nota dos valores certificados pela Junta de Crédito Pública quanto a obrigações, nem conta corrente das Obras efectuadas.

A Secretaria e a Tesouraria, era uma amálgama de papeis, de confusão, com uma só máquina de escrever, que hoje servirá para o Museu.

Toda a zona do edifício velho, era o de antigamente, com apenas uma placa feita na zona sul. A Lavandaria, não tinha máquinas e até o frigorífico central não funcionava.

A Capela estava meio destruída. Alguns idosos habitavam a zona dos galinheiros. Devia-se ao empreiteiro dessas empreitadas 2.100 contos, devendo-se ainda 929 contos aos residentes, 604 contos do imposto extraordinário desse ano, às Finanças e 300 contos à Segurança Social.

Oito anos passaram. Foram neste espaço de tempo investidos no Lar de São José cerca de 70 mil contos, quer em obras, quer em apetrechamento, verbas obtidas da Segurança Social, do Totobola por intermédio do grande benemérito Dr. João Gomes, da actual Câmara Municipal da Covilhã, da Exma. Sr.^a Dr.^a D. Maria Barroso Soares, da Caixa de Previdência do Pessoal da Indústria de Lanifícios, dádivas de benfeitores e até algumas vezes empréstimos bancários, com avales pessoais dos Directores.

Não vou naturalmente dizer mais e que todos vós podeis ver, o que já nos dá a satisfação de reforçarmos o pensamento que vos transmitimos.

"Acaba-se por pensar conforme se vê, quando se vê conforme se pensa".

Hoje melhor que ontem, amanhã melhor do que hoje.

E porquê?

O Lar de São José, oferece agora condições dignas de habitabilidade, mas necessariamente muito há que fazer.

A crucial problemática da 3ª Idade e a angustiante perspectiva para os anos 2000 tem de ser encarada frontalmente e sem ambiguidades, pelos Dirigentes do Lar de São José.

O envelhecimento é um sinal e uma consequência do desenvolvimento sócio-económico, quer no sentido quantitativo, quer no qualitativo.

O envelhecimento progressivo das sociedades e o crescimento continuo da população idosa, em números absolutos e relativos, não é, nem um acontecimento inesperado e imprevisível, nem uma consequência aleatória dos esforços de desenvolvimento.

Trata-se do primeiro e do mais evidente resultado da concepção sectorial do desenvolvimento sócio-económico adaptado ao mundo inteiro e deve ser acompanhado por intervenções eficazes a fim de assegurar um crescimento equilibrado e um desenvolvimento integrado.

Por isso se devem tomar todas as medidas necessárias para corrigir ou evitar desequilíbrios, preservando o direito à vida das pessoas idosas.

As medidas adoptadas devem ser inspiradas pela vontade de dar um novo conteúdo qualitativo e uma outra significação a um processo quantitativo, a fim de que o prolongamento geral da duração da vida, seja acompanhado de um esforço, visando dar a cada um dos individuos um sentimento de utilidade e de execução no decurso dos anos e evitar que as pessoas sejam repudiadas e até marginalizadas.

É necessário criar no idoso o interesse pela vida, estimular a auto estima, o sentir-se necessário, desenvolvendo "HOBBIES" e actividade.

Essa será a função de um Serviço Social, que deverá ter a preocupação permanente de inserir os utentes na vida activa do Lar, utilizando na escolha métodos e técnicas de sensibilização, tendo por base as características de cada um, a sua condição física e os padrões sócio-culturais de grupo.

Sem dúvida que o crescimento rápido do número de pessoas idosas representa um factor biológico para a humanidade. Mas a saúde, estado de completo bem-estar físico, mental e social é a resultante de inter-acções de todos os sectores que concorrem para o desenvolvimento económico.

Resulta de estados epidimilógicos que a saúde de grupos sucessivos de idosos da mesma idade, melhora e prevê-se que nos homens e nas mulheres, vivendo mais tempo, maiores incapacidades poderão, numa larga medida, ser limitadas a uma estreita parcela de idade em véspera de morte.

Daí que os cuidados que visam a compensar os diminuídos, a reeducar as funções que mantêm, a aliviar a dor, a manter a lucidez, o conforto e a dignidade do doente e que o ajudam a reordenar as suas esperanças e projectos, não são menos importantes, de os que visam a cura.

É incontestável que as frequências dos estados patológicos aumenta quando se avança na idade.

Por outro lado, em razão das más condições de vida, as pessoas idosas estão particularmente expostas a factores de riscos (o isolamento social e os acidentes, por exemplo), podem ter incidências nefastas na sua saúde.

Por isso, a protecção das pessoas idosas deverá ultrapassar a própria luta contra a doença e cuidar do seu bem-estar total, tendo em conta a interdependência dos factores físicos, mentais, espirituais e ecológicos.

Os cuidados de saúde, deverão ser portanto relativos ao conjunto do sector sanitário e social. Uma atenção particular, deverá existir nos idosos que sofrem de incapacidade resultante de uma deficiência mental ou de inadaptação ao que os rodeia.

Muitas vezes é contraproducente o seu internamento num Lar, pelo seu isolamento e pelos seus habitos familiares.

No caso de idosos doentes, mormente individuos fisicamente diminuídos, do foro

nerológico, ortopédico, ou cardio-vascular, a situação é diferente, porque, acompanhada por especialistas, médicos fisiatras, terapeutas, fisioterapeutas e nutricionistas, têm de ter adaptação à sua incapacidade, depois da sua reabilitação.

Não podemos esquecer que um centro de reabilitação não é um Hospital, onde o paciente é internado para observação, ou para ser submetido a um acto cirúrgico.

O centro de reabilitação é uma casa onde o paciente é medicado, tratado e ensinado a viver com a deficiência que o atingiu.

A reabilitação é por isso uma ciência complexa, porque não basta reabilitar clinicamente; há que habilitar ou reabilitar culturalmente, e até profissionalmente.

Reabilitar um individuo, gastar nele centenas de contos, para seguidamente o por à margem, como inutil e parasita, é um erro económico e um crime contra o ser a quem se deram esperanças de se realizar, de se bastar, para seguidamente sofrer uma segregação.

Os tempos de asilo e albergue, os tempos da esmola ou da sopa dos pobres no Lar de São José, no conceito humanista das relações sociais e humanas, está ultrapassado.

E à medida que os dias passam os conceitos primários, secundários e terciários, ultrapassam-se também; e surgem-nos outros conceitos, porque a tecnologia e a ciência também ela avança e é imparável o seu aperfeiçoamento e crescimento.

Acção em conjunto, para modernização e planeamento funcional no presente e no futuro, tendo em atenção o plano de desenvolvimento do envelhecimento da pessoa humana, o futuro crucial da terceira idade, o prolongamento da vida, a diminuição das carências sociais da região, concomitante com a adaptação dos meios existentes aos fins em vista e aquisição de nova tecnologia, na prevenção da velhice com cuidados primários de saúde, assistência médica e paramédica ao idoso.

Impõe-se no entanto que o esforço a desenvolver nesta área, seja uma aglutinação de vontades conjuntas dos Organismos Estatuais, sócios, directores, funcionários, residentes e familiares.

Que a solidariedade social que se espelhará nesta Instituição de Solidariedade Social seja encarada por todos com determinação, com espirito construtivo, mas acima de tudo com coração.

Todos teremos de ser responsáveis.

É que a responsabilidade de cada um, reflete-se sempre na actuação de todos; mas é com a actuação de todos que cada um pode fazer valer mais a sua responsabilidade.

O Lar de São José, continuará a servir o Homem Todo e Todo o Homem

O Presidente da Direcção

Dr. José Luís de Brito Rocha

A VIDA

Ó vida espinhosa,
Vereda fatal,
Que levas meus passos
À vida final!

Porque és tão suave
Em certos momentos?
É para avultarem
Os grandes tormentos?

Alegre, depressa,
A vida se passa;
É qual borboleta
De mimosa graça.

Feliz a valer
Ninguém se dirá;
Que felicidade
Completa, não há.

E tanto mais longa
É quanto mais triste.
O tojal agreste
Ao frio resiste.

Abismos sem fim
Despontam além.
O rio desliza
No leito que tem.

E se outro caminho
Pudesse escolher,
Para o mar não ia
Deixar de correr.

Viver não é mais
Do que navegar
De leme partido
Nas águas do mar.

Que podem as velas,
Ao vento da sorte,
Se vimos do sul
E venta do norte?



E as estrelas fixas
O rumo ensinado
Se corrente estranha
Nos for arrastando?

Quantas desventuras
Na vida se dão?
Mães cheias de fome,
Filhinhos sem pão.

Outros, coitadinhos,
P'las mães engeitadas,
Que são afinal
Os mais desgraçados!

Viver é rezar
Em negro rosário.
Viver é levar
A cruz ao calvário.

Velhinhos que estais
À beira do fim:
Quem vos deu cabelos
Da cor do marfim?

Quem vos deu as rugas
Que tendes no rosto?
Quem vos deu a causa
De tanto desgosto?

Porque tendes frio?
A vista cansada?
As forças caídas
E a frente pesada?

A vida! ai, a vida!
Que triste é viver!
Que triste é sorrir,
Calar e sofrer!

Bem hajas! Bem hajas!
Sábua Providência,
Que puzeste um fim
Em cada existência

Recolha de

Rodrigues

AUDINEVE

TVC • VÍDEO • HI-FI • ELECTRODOMÉSTICOS • AR CONDICIONADO

Representante das marcas:

PHILIPS — GRUNDIG — PIONEER — PANASONIC — SOLAC
TECHNICS — WHIRLPOOL — MIELE — CANDY — MOULINEX

VENDEMOS - GARANTIMOS - ASSISTIMOS

Rua Visconde da Coriscada, 50/60

Telefone 2 42 30 - Fax 32 29 79

6200 COVILHÃ

*"Podemos fechar os olhos para a realidade, mas
não para as recordações"*

