



BOLETIM MENSAL

Número 142 - Março 2020

ATIVIDADES DE FEVEREIRO

Lar de São José
Instituição Particular de Solidariedade Social

No dia 12 de fevereiro festejámos o **Aniversário da nossa Instituição, Lar de São José**. São já 120 anos ao serviço da comunidade. Estiveram presentes no refeitório, à hora do lanche, dezenas de residentes e funcionários que cantaram os parabéns à Casa acompanhados pelo acordeonista Sérgio Ferreira. Todos os residentes puderam comer o delicioso bolo e beber champanhe. A tarde continuou muito animada com músicas populares dando muita alegria e diversão a todos os residentes.



Comemorámos no dia 14 o **Dia dos Namorados** com a leitura poemas e provérbios alusivos ao tema. Durante o lanche todos puderam comer um bolo em forma de coração enquanto partilhavam os segredos para uma relação duradoura. A tarde terminou com um baile na sala do bar onde não faltou a boa disposição e o convívio.

No dia 21, o Lar de São José participou em mais uma edição do **Carnaval da Neve** com o tema "A flora", juntamente com outras Instituições do concelho. O Lar participou com um grupo de 33 residentes e funcionários e um carro alegórico ornamentado com uma cerejeira em flor. Os nossos residentes empenharam-se nos preparativos, com a confeção dos confettis e das cerejas que viriam a ser colocadas nos fatos. Desde o Campo das Festas ao Pelourinho, o nosso grupo desfilou muito animado e cheio de cor pelas ruas da Covilhã. Neste evento, realça-se o agradecimento do Lar de São José ao Sr. Júlio Pereira pela cedência da carrinha para o desfile. Agradecemos também pelo lanche que nos foi oferecido pela Câmara Municipal da Covilhã.



No dia 24, ao som de músicas populares, realizámos um **baile de Carnaval**, onde todos dançaram e se divertiram.

No dia 28, foi realizado o **Atelier de cozinha** com um grupo de utentes que confeccionou um delicioso bolo de cenoura.



No dia 29 fomos à UBI assistir a uma **conferência** sobre "**Acompanhamento do Idoso no Prolongamento no Tempo de Vida**", organizada pela APAE Campos Melo. Vários oradores estiveram presentes, incluindo a nossa Diretora Técnica que, de uma forma exemplar, também desenvolveu o tema "Integração das pessoas idosas numa estrutura residencial – perspetivas e desafios". No final, teve lugar um momento musical proporcionado pelo Grupo de Cavaquinhos da Academia Sénior. Foi uma tarde muito enriquecedora onde, para além de aprendermos, pudemos partilhar também as nossas aprendizagens e experiências de vida.

Nesta Edição:

Mensagem do Vice-Presidente	1
Atividades de Fevereiro	1
Aniversariantes de Março	2
Programação de Março	2
Entrevista a Aníbal Serra	2

Mensagem do Vice Presidente

AGARRADOS À VIDA

Estamos em plena Quaresma, iniciada na quarta-feira de Cinzas. Sendo um período de preparação para a Páscoa, somos alertados para a realidade de que vimos do pó e ao pó voltaremos. Trata-se de um momento de profunda humildade que contrasta com os comportamentos de soberba e vaidade do ser humano. Porém, agarrados que estamos à VIDA, esperamos pelo dia de Páscoa, para celebrar a Ressurreição de Jesus que, vencendo a morte, voltou à VIDA. Por circunstâncias alheias à Humanidade, neste ano de 2020, e no período quaresmal, todo o Mundo é surpreendido por um inimigo invisível, um vírus (coronavírus) que mata sem olhar a raças, ricos ou pobres, soberbos ou humildes. Perante tal flagelo, nós, **AGARRADOS** à VIDA, socorremo-nos de todos os meios para vencer o inimigo que já matou e continua a matar muitos milhares de pessoas em todo o Mundo. Tal como esperamos pelas alegrias da Páscoa, também devemos ter esperanças no dia em que a Humanidade se vai libertar do invasor e os seres humanos irão dar vivas à VIDA. Deus queira que seja para breve.

José Branco Barata



Feliz Aniversário

- 08 – Maria do Céu Soares, 86
- 08 – Laura Maria, 90
- 10 – Rui Matias Bernardo, 63
- 13 – Ana da Silva Matias, 88
- 14 – Rui Miguel Saraiva Gomes, 48
- 15 – Manuel de Jesus Mendes, 84
- 16 – Maria Isilda de Jesus Pereira, 67
- 16 – Graça da Costa Mesquita, 91
- 20 – Maria dos Anjos Soares Nunes, 96
- 25 – Júlio Cunha, 69
- 26 – Hermínia de Jesus Lourenço, 85
- 28 – Feliciano C. Pardal Mariano, 84
- 28 – Olinda Charneca L. M. de Almeida, 77
- 29 – Maria Fernanda dos Santos Inácio, 90

Programação de Março

Atividades Agendadas

- 08 – Comemoração do Dia Internacional Mulher
- 19 – Comemoração do Dia de São José e Dia do Pai
- 23 a 27 – Semana dos Talentos, com apresentações dos residentes
- 26 – Comemoração do Dia do Livro Português
- 27 – Comemoração do Dia Mundial do Teatro
- 28 – Comemoração do Dia Nacional do Centro Histórico

Atividades Regulares

- Ginástica
- Canto Coral (músicas tradicionais portuguesas)
- Leitura e exercícios para a estimulação da memória
- Jogos na sala de convívio

ENTREVISTA A ANÍBAL SERRA

Por Dra. Andreia Sousa e D. Graça Aguilár

Como se chama?

Aníbal Manuel da Costa Serra.

Qual a sua idade?

Tenho 54. Faço 55 anos em maio.

Qual o seu estado civil?

Solteiro e bom rapaz.

De que terra é?

Eu nasci na Covilhã, em Santa Maria.

Quem são os seus familiares mais próximos?

Não tenho filhos. Tenho 5 irmãos e 8 sobrinhos.

Qual foi a sua profissão?

Fui padeiro. Comecei a trabalhar muito cedo, tinha eu uns 13 ou 14 anos. Aprendi a fazer pão com os outros padeiros na Padaria Marroca, onde trabalhei cerca de cinco anos. Depois, aos 17 anos fui para o Algarve, para Portimão, trabalhar numa padaria. Trabalhei muito, das 23h às 12h. Depois, como já estava despachado do trabalho, ia para a praia com os meus amigos.

Foram tempos muito bons, trabalhei muito, mas também soube aproveitar. Depois sofri um AVC aos 42 anos, tive que ir para casa da minha irmã na Covilhã. Quando recuperei ainda fui para o Algarve trabalhar. Aos 46 anos deu-se outro AVC e deram-me a reforma. Já na Covilhã, ainda cheguei a trabalhar um ano na Padaria de Valhelhas.

Gostava do trabalho que fazia?

Gostava e ainda gosto, tenho muitas saudades de fazer pão.

Andou na escola?

Sim, andei na escola. Fiz a 4ª classe e tirei carta de condução. Tive sete carros (riu-se).

Há quanto tempo está no Lar?

Faz um ano para o mês que vem.

Porque é que decidiu vir para o Lar?

O meu irmão gémeo está acamado, e eu com medo que também me desse alguma coisa, quis vir. Ainda antes de entrar para o Lar frequentei durante dois anos o Centro de Dia da Associação Mutualista. Gostei de estar lá também.

E gosta de estar no Lar? Como passa os seus dias no Lar?

Gosto, gosto de estar cá no Lar. Jogo à Sueca, gosto de participar nos passeios, já fui ao Santuário de Fátima, ao jardim do lago, à floresta, à praia de Valhelhas, ao shopping e já participei dois anos no Carnaval da Covilhã. Gostei muito do dia que fiz pão no refeitório para todos, fiquei muito feliz, já tinha saudades.

Costuma ter visitas de familiares ou amigos?

Sim. Tenho duas irmãs que costumam vir-me visitar quase sempre, a outra vem quando pode.

