



IDOSOS EM AÇÃO



Editorial

O Centro Social e Paroquial de São Bento (CSPSB) através das suas diversas **valências: Lar, Residência para Idosos, Centro de Dia e Centros de Convívio**, procura promover, mensalmente, um vasto leque de atividades, indo ao encontro das expectativas e interesses dos cidadãos envolvidos.

Pretende-se desta forma, garantir um envelhecimento ativo, bem-estar e qualidade de vida,

O **Jornal “VIDA ATIVA”** pretende constituir-se um meio de divulgação das atividades desenvolvidas, que visam a estimulação das capacidades físicas e cognitivas, fortalecer as relações interpessoais e a inclusão social.

Novembro

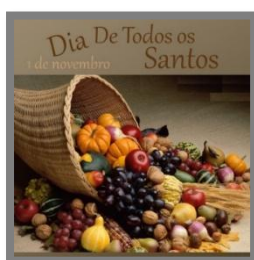
“Em novembro põe tudo a secar, pois pode o sol não tornar.”

Vamos então, relembrar o que fizemos no décimo primeiro mês do ano.

Este é o mês das castanhas e dos magustos, das nozes e dos marmelos maduros...

Mais um mês de outono, com um solzinho à espreita, oferecido pelo “verão de São Martinho”, mas é também neste mês, que se começa a sentir o cheirinho a Natal...

E foi com este enquadramento que se realizaram várias atividades e dinâmicas para assinalar as diferentes datas festivas.



COMERAÇÃO DO PÃO POR DEUS

Diz a história que, no dia 1 de novembro, Dia de Todos os Santos em Portugal, as crianças saíam à rua e juntavam-se para pedir o Pão por Deus (ou o bolinho), de porta em porta.

Também se diz que, antigamente, no dia de Pão por Deus, se ofereciam bolos, pão, vinho e outros alimentos aos mortos, de forma a pedir pela sua alma.

A explicação mais correta não sabemos, o que sabemos, realmente, é que Pão por Deus é



sinónimo de solidariedade, de partilha e de convívio e foi isso que, no dia 02 de novembro, se viveu na nossa Instituição.

Assim, a data foi assinalada com a partilha entre todos, das tradicionais iguarias da época, aproveitando para refletir sobre aqueles que não têm o que partilhar com os demais. Ao lanche, foi servido um bolo recheado com as frutas da época, seguindo-se uma partida de cartas e outros jogos entre os participantes.



DIA DOS FIÉIS DEFUNTOS

Este mês, foi também dedicado àqueles que já partiram.

Desde o século II, alguns cristãos já evidenciavam o cuidado de visitar os túmulos e rezar pelos falecidos.

Seguindo este exemplo, os idosos do CSPSB não deixaram passar este momento de



homenagem aos seus familiares e amigos que já faleceram. Foi no dia 03, que um grupo de idosos visitou o cemitério da Ribeira Brava e do Campanário, onde depositaram flores nas campas dos idosos que fizeram parte da Instituição e rezaram por todos os que já não se encontram entre nós.



PASSEIO EM GRANDE GRUPO AO CANIÇAL

No dia 07 de novembro, os idosos das diferentes valências, participaram numa “excursão” até ao extremo leste da ilha, onde se descobre a freguesia do Caniçal.

Mas antes de lá chegar, a “excursão” começou com uma primeira paragem no Caniço, para lanchar. A pedido dos idosos e para despertar memórias, seguiu-se viagem pela “estrada antiga” até ao Caniçal. Assim, após almoço, aproveitou-se o belo dia de outono que se fazia sentir, no miradouro do Caniçal.



A viagem continuou pela “estrada antiga”, desta feita, com regresso à Instituição, não sem antes parar no Centro de Dia do Campanário, onde se serviu um lanchinho. Foi um passeio animado onde predominou a boa disposição entre todos os presentes.





FESTA DE SÃO MARTINHO

*“Corria o ano de 337, quando um cavaleiro gaulês, chamado Martinho, tentava regressar a casa e encontrou a meio do caminho, durante uma tempestade, um mendigo que lhe pediu uma esmola. O cavaleiro, que não tinha mais nada consigo, retirou das costas o manto que o aquecia, cortou-o ao meio com a espada e deu-o ao mendigo. Nesse momento, a tempestade desapareceu e um sol radioso começou a brilhar. O milagre ficou conhecido como o **Verão de São Martinho**”.*

Esta é a famosa lenda de São Martinho, que explica os dias quentes que se fazem sentir pela altura do Dia de São Martinho, dia 11 de novembro.

A comemoração do São Martinho, no CSPSB, foi realizada no dia 10 de novembro, onde não faltou o delicioso bacalhau assado, acompanhado pela prova do vinho novo ao almoço. Já no período da tarde, as



castanhas assadas e o *Verão de São*

Martinho, foram ilustres presenças.

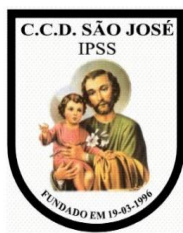
Diz o povo que o melhor fica para o fim e foi o que aconteceu na maravilhosa tarde de sexta-feira,



véspera de São Martinho. Os idosos foram surpreendidos pela brilhante atuação musical de um colaborador, que apresentou um repertório de músicas interpretadas em espanhol e em português.



Foram momentos de convívio que trouxeram alegria e animação a todos os presentes.



CONVÍVIO COM IDOSOS DO CCD SÃO JOSÉ

Foi no dia 15, que um grupo de idosos do Centro Cultural e Desportivo de São José se deslocou às instalações do Lar de São Bento, a fim de conhecer a Instituição e participar nas nossas atividades.

Promoveram-se assim, através do atelier de expressão musical, momentos de profunda riqueza e partilha de lembranças antigas. Seguiu-se um lanche convívio entre todos os idosos presentes.



ALMOÇO CONVÍVIO NO RESTAURANTE “O LAGAR”

“Uma folha que cai, um vento que sopra, uma flor que cresce. Muitas vezes nem damos importância a coisas tão simples e não paramos para pensar na importância e o modo como isso se reflete nas nossas vidas. Pequenas palavras, pequenos gestos... Um cumprimento, um abraço, um sorriso... Pode parecer insignificante, mas, é a falta de atos como esses que muitas vezes faz o nosso humor oscilar e não proporciona um momento de felicidade na vida de outra pessoa, que carece de atenção, respeito, amor... São atos "insignificantes" que nos torna mais humanos, mais calorosos... Atos que se tornam cada vez mais raros, escassos, e, por consequência, mais preciosos...”

(Fabiana Androli).

Este pequeno excerto descreve muito bem, o momento de confraternização entre idosos, colaboradores e familiares de um utente integrado na Valência Lar de Idosos,

num almoço convívio oferecido pela família do idoso, com o propósito de celebrar o seu aniversário.

O nosso muito obrigado à família, pela partilha de agradáveis momentos, entre todos os presentes...



PREPARAÇÃO DAS DECORAÇÕES DE NATAL

No mês da preparação para a festa, todos os dias são dias de grande azáfama e entusiasmo nos preparativos para o Natal... As decorações foram realizadas com empenho, muita dedicação e sempre com um toque de originalidade dos idosos e da equipa da Ocupação. Contamos mostrar os nossos trabalhos na próxima edição do Boletim.





IGUARIAS DE NATAL

Já faz parte da tradição da Instituição que, durante o mês de novembro, um grupo de colaboradores e idosos das diferentes valências do CSPSB confeccionem as nossas deliciosas broas caseiras.

Este ano foram feitas broas de mel, de côco e laranja, salgadinhos, santo antoninhos e palitos de cerveja.

Procedeu-se também à preparação dos licores (de vinho / pitanga / tangerina / e ginja) e das compotas que marcam pela diferença (morango e chocolate / melancia, laranja e gengibre / ameixa e gengibre).



Centro Social e
Paroquial de São Bento

Centro Social e Paroquial de São Bento
Ribeira Brava

FEIRA DE NATAL
22 E 23 DEZEMBRO

Venha visitar a
nossa feira

Para quem quiser degustar...

As nossas deliciosas iguarias serão comercializadas na nossa Feira de Natal, realizada no âmbito da Noite do Mercado da Ribeira Brava, nos dias 22 (das 7h às 2h da manhã) e 23 de Dezembro (das 7h às 13h), localizada na Rua do Visconde n.º 10, Ribeira Brava

PASSATEMPOS



O QUE É, O QUE É?
TEM ESCAMAS E NÃO É PEIXE,
TEM COROA E NÃO É REI?

caqui

abacaxi

abacate

aqui

O QUE É O QUE É?
TEM CHAPÉU, MAS NÃO TEM CABEÇA,
TEM BOCA MAS NÃO FALA,
TEM ASA MAS NÃO VOA?

MULHER

BULE

TABULE

CHULÉ

O que é o que é?
quanto mais se
tira mais aumenta?

dublado

arco

buraco

aço

Nota: Respostas às adivinhas do Boletim Vida Ativa do mês de outubro:

- ① Alfinete
- ② Nuvem

CONVÍVIO E ANIMAÇÃO





Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte

Revisão e Montagem: Bina Pereira

Agradecimentos:

- Câmara Municipal da Ribeira Brava;
- Centro Cultural e Desportivo de São José;
- Centro de Dia do Caniçal;
- Colaboradores do CSPSB;
- Engenheira Daniela;
- Instituto de Segurança Social da Madeira;
- Sr. Bruno;
- Padaria Bolapan;
- Voluntários;
- Familiares e Amigos.

Obrigado 