



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.



MÃE

Com três letrinhas apenas
Se escreve a palavra mãe
Que é das palavras pequenas
A maior que o mundo tem.

2016

maio

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

O mês de maio foi repleto de comemorações e tradições.

Fizemos uma homenagem especial a todas as mães, com particular ênfase para Nossa Senhora de Fátima - nossa mãe do céu.

DIA DA MÃE

Celebrar o dia da mãe no Lar de São Bento foi relembrar todas as mães, presentes e ausentes. Para tal, fizemos uma oração às mães e cantamos os Parabéns a todas aquelas que podem ter a honra de serem chamadas de MÃE.



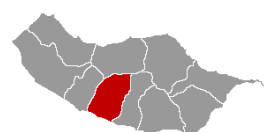
DIA DO TRABALHADOR



Para comemorar o dia do trabalhador, fez-se um debate sobre as profissões de ontem e de hoje e realizou-se um jogo de estimulação cognitiva, com imagens alusivas a cada profissão. Foi com grande entusiasmo que estes foram desvendando as profissões, relacionadas com cada acessório apresentado.

DIA DO CONCELHO DA RIBEIRA BRAVA

É também no mês de maio que o concelho da Ribeira Brava comemora o seu aniversário e para tal, fomos convidados a assistir a um alegre **concerto** de vozes,



promovido pelos alunos da Escola Básica e Secundária Padre Manuel Álvares, na Igreja Matriz.

Por outro lado, os idosos também foram desafiados a percorrer a vila da Ribeira Brava e a descobrir o nome das suas ruas, com base num mapa cedido pela



autarquia. Foi deveras engraçado, verificar o entusiasmo com que nos diziam: *“Ali está a placa de identificação, este é o Largo do Herédia!”*. Este jogo, geralmente conhecido como **Geocaching**, além da estimulação cognitiva, é uma forma

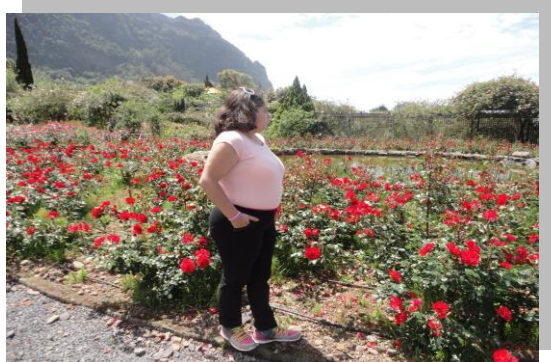
divertida de realizar atividade física.

Na próxima oportunidade, resta-nos explorar as suas questões: *“Porque é que esta rua tem este nome?”*

EXCURSÃO AO ROSEIRAL - ARCO DE SÃO JORGE



No dia 11 de maio, os idosos das diferentes valências, participaram numa excursão até ao Norte da Ilha, a fim de visitar o Roseiral e a Casa de Chá do Arco de São Jorge.



Momentos de verdadeira beleza visual e de cheiros cativantes, emanados pelas diversidade de rosas existentes.

Foi um dia verdadeiramente presenteado pelas maravilhas da natureza.

DIA DE PENTECOSTES E VISITA DO DIVINO ESPÍRITO SANTO

No dia 15 de maio, dia de Pentecostes, como já é costume, o Lar de São Bento recebe a visita do Divino Espírito Santo.

Este momento foi vivido com profunda emoção, evidente em algumas lágrimas de alegria, não só por reviver esta tradição, mas também pelo seu significado. É o momento de pedir e agradecer ao Espírito Santo os seus 7 dons derramados sobre cada um de nós.



As saloias, carregadas de ouro e com vozes bem afinadas, entoavam várias músicas.

Alguns idosos surpreendidos com esta tradição, pela sua residência recente na Instituição e no nosso concelho, diziam maravilhados: “*Que tradição tao bonita*”.

DIA INTERNACIONAL DOS MUSEUS

O dia 18 de maio, foi dedicado à cultura.

Assim, alguns idosos das nossas valências, foram enriquecidos pela exposição patente na Biblioteca Municipal e no Museu Etnográfico da Ribeira Brava, outros, tiveram oportunidade de visitar o Museu Quinta das Cruzes e outros, o Jardim Botânico.



Foi um dia para explorar a riqueza madeirense e para relembrar o passado.



FESTA DA DISNEY



No dia de 24 de maio, o Lar de São Francisco teve o prazer de nos convidar, para mais uma das suas festas temáticas - este ano dedicado ao mundo da *Disney*. Foi um momento que contagiou os convidados, das várias Instituições, com a magia da Disney, que os preencheu de alegria.



FESTA DA FAMÍLIA, DA AMIZADE E DAS CORES

Este mês, não quisemos deixar de assinalar o dia internacional da família, convidando os familiares a comemorarem connosco.



A “Festa da família, da amizade e das cores” foi repleta de atividades e animação, onde não faltou a música, a poesia, o teatro e as artes plásticas.

Assim, após alguns testemunhos sobre a amizade, os idosos e equipa da Ocupação apresentaram, uma peça de teatro sobre “o milagre das rosas”, seguindo-se um lanche convívio.



Houve ainda tempo para realizar atividades em família, como: realizar e colorir um veleiro, com material reciclado, para oferecer às famílias e jogar ao “Stop”, adaptado à temática da família. Foi uma tarde revestida de sentimentos, como o amor, a alegria e a união.

Para finalizar, não quisemos deixar de relembrar, que **a família também pode ser aquela que o coração escolhe**. São aquelas pessoas que, mesmo não sendo do mesmo sangue, se tornam especiais no nosso dia a dia e que estão presentes, nas nossas conquistas e nas nossas dificuldades.

Estas pessoas não substituem os nossos familiares, mas tornam-se uma extensão, dos seus laços de amor.



A verdade é que, em alguns momentos, os nossos amigos se convertem em pai e em mãe, que nos dão conselhos e cuidam de nós, em outros momentos, os nossos amigos se convertem em irmãos, com os quais, compartilhamos brancadeiras, alegrias e tristezas.



Podemos dizer, que no Lar de São Bento também somos uma família.

Uma família de coração, que se preocupa, cuida e onde se criam laços que nunca se esquecem.

Não importa se a *família* é de **sangue** ou de **coração**, o importante é que exista amor.

ENCERRAMENTO DO MÊS DE MARIA



Ao longo do mês de maio, realizaram-se várias visitas ao Lar São Bento, pelos idosos das diferentes valências, crianças da Escola do 1º Ciclo da Ribeira Brava e Jovens do CAO (Centro de Atividades Ocupacionais), a fim de visualizarem um filme sobre as aparições de Fátima “*O Dia em que o Sol Bailou*” e visitar a nossa capela, para verem de



perto a imagem de Nossa Senhora de Fátima.

Por fim, no dia 30 de maio, fizemos uma celebração especial à nossa senhora, com o terço, a distribuição da Sagrada Comunhão, a entoação de cânticos e a trasladação de Nossa Senhora.

Foi, uma vez mais, sentida a forte espiritualidade dos nossos idosos e valorização das cerimónias religiosas, pelas lágrimas de emoção na despedida da imagem de Nossa Senhora.





AS NOSSAS FEIRAS

O Centro Social e Paroquial de São Bento tem como princípio a abertura à comunidade. As feiras são assim, uma forma de dar a conhecer os nossos serviços, trabalhos manuais e típicas iguarias, que deliciam os visitantes.

Foi assim possível encontrar-nos, nos dias 14 e 15 de maio, na feira de Oportunidades, promovida pela Associação Desportiva do Campanário e a 28/29 de maio, na feira de Stocks, promovida pela freguesia da Ribeira Brava.



Divino Espírito Santo

Deixamos algumas quadras que as pequenas saloias cantam e que os idosos quiseram relembrar:

“À vossa porta parou
Quem vós não viste a tanto
Fazei a vossa esmola
Ao Divino Espírito Santo.

Esta casa tem tristeza
Alegria trago eu
Deus ponha a alminha no céu
Quem nesta casa já morreu.

O Divino Espírito Santo
Divino consolador
Agradeço a vossa oferta
Das mãos daquele senhor.

O Divino Espírito Santo
Retratado na bandeira
Agradeço a vossa oferta
Das mãos daquela senhora.



Dai-nos licença que eu entre
A estas portas para dentro
Que o Divino Espírito Santo
Fique no seu pensamento.

Dê-me licença que eu saia
Desta porta para fora
Que o Divino Espírito Santo
Vai tirar a sua esmola.

A pombinha vem molhada
Dos pingos da ribeira
Agradeço à vossa porta
Das mãos de uma menina solteira.

Não há nada mais bonito
Que o Divino Espírito Santo
Vem todo de encarnadinho
Só a pombinha vem de branco.



Para celebrar o dia internacional da família, desafiamos
uma colaboradora a escrever um poema sobre a família.
Fruto da sua inspiração, aqui transcrevemos o seu poema:

A MINHA FAMÍLIA

O meu coração bate bem forte
Ao som gracioso de um violino
O amor da nossa família é tão
gratificante
Nunca, jamais sinto-me sozinha.

Nos vossos olhos leio uma mensagem
O que nos une nada pode derrubar
Sinto-me grande e com muita coragem
São a família que para a vida faz-me
despertar.

Sou abençoada com tanto amor
Nada na vida é mais importante
É como o desabrochar de um flor
Pedindo para viver mais um instante.

Navegando na minha saudade
Na memória guardo algumas fotografias
Convosco ao meu lado não sinto a idade
Desaparecem todos os medos e agonias.

Quando vejo a minha família
A felicidade invade o meu coração
Os ausentes provocam-me melancolia
Para eles rezo uma oração.

Peço a Deus misericórdia
Que ao mundo dê paz e muito amor
Que afaste das famílias a discórdia
O sofrimento, a tristeza e a dor.

(Maria Irene Ramos).

Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte

Revisão e Montagem: Carina Faria



Agradecimentos:

- Câmara Municipal da Ribeira Brava;
- Instituto de Segurança Social da Madeira, IP-RAM;
- Escola Básica e Secundária Padre Manuel Álvares;
- Escola do 1º Ciclo da Ribeira Brava;
- Centro de Atividades Ocupacionais da Ribeira Brava ;
- Lar São Francisco;
- Roseiral do Arco de São Jorge;
- Colaboradores do CSPSB;
- Voluntários;
- Familiares.

