



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.



E assim avança o ano, já estamos no mês de setembro.

Este mês traz consigo a estação do outono, as primeiras chuvas miudinhas, a queda das folhas das árvores, a chegada dos dias mais pequenos, e assim a despedida do verão e das nossas idas à piscina. É também neste mês que se fazem as vindimas e como diz o ditado: no banquete da vida é necessário a amizade, o pão, o amor e o vinho.

E por falar em vinho, e já que fomos visitar a Festa do Vinho no Funchal, aqui fica a nossa homenagem ao néctar divino:

“Por estes dias, carrega-se a ilha nos cestos, vem na forma redonda das uvas e esconde em cada bago, o ventre quente da terra, as lágrimas que a chuva semeou nas vides, a saudade da dança que os pés dos homens fazem no lagar. A ilha desce os socalcos e vem à cidade fazer a festa. O vinho é a memória de um lugar onde a rocha se encosta ao mar e são felizes para sempre.”

Graça Alves



VISITA À IGREJA DO BOM JESUS



No início do mês, um grupo de idosos visitou a Igreja do Bom Jesus na Ponta Delgada a fim de, agradecer e adorar o Senhor Bom Jesus. E como não há festa sem música tradicional aqui fica uma quadra dedicada ao Bom Jesus:

*“Ó meu Bom Jesus,
do vosso adro lhe digo,
este ano venho sozinho,
para ano trago mulher comigo”.*



DESPEDIDA DA PISCINA



O sol do início do mês de setembro ainda convidou a mais uma ida à piscina da Ribeira Brava aproveitando assim para nos despedirmos desta atividade de verão, ficando a promessa que voltaremos a repetir assim que o sol e o mar nos permitam.

VISITA À FESTA DO VINHO



Como já referimos anteriormente, setembro é o mês das vindimas, e como tal, alguns idosos visitaram a exposição sobre o vinho, os lagares e as adegas antigas tradicionais da nossa região, presente no Mercado Municipal da Ribeira.

Outros idosos dos Centros de Convívio deslocaram-se até à cidade do Funchal para visitar a Festa do Vinho, que decorreu na Avenida Arriaga.



VISITA À QUINTA VIGIA



A convite da Vossa Excelência o Sr. Presidente do Governo Regional Dr. Miguel Albuquerque, um grupo de 14 idosos das valências Centro de Dia, Lar e Residência, assim como, do Centro de Dia e Convívio do Campanário foram recebidos pelo Dr. Miguel Albuquerque que abriu as portas da Quinta Vigia e nos recebeu com imenso agrado. Seguiu-se depois, a visita guiada à Quinta, onde houve oportunidade de conhecer a Capela das Angústias, o Salão da casa composto por lindas coleções de louças antigas, móveis e quadros de beleza inigualável e os jardins com árvores centenárias provenientes de todo o mundo.

Gratos por esta experiência fantástica que possibilitou que os idosos conhecessem uma das mais emblemáticas e conhecidas Quintas da nossa Região.



PASSEIO EM GRANDE GRUPO



Foi com enorme alegria e boa disposição que no dia 13 de setembro os idosos do CSPSB desfrutaram de mais um passeio em grande grupo, graças ao autocarro de transporte coletivo do Instituto de Segurança Social da Madeira.

Desta vez, teve-se como destino o sítio do Chão dos Louros onde se realizou um almoço convívio ao ar livre. Com saída da Ribeira Brava logo pela manhã, aproveitou-se o bom tempo e passou-se por vários pontos da ilha como: vila da Ponta do Sol, Calheta, Prazeres, Fonte do Bispo, Porto Moniz, São Vicente e já no regresso, Encumeada. Foi mais um dia fantástico, de muita animação e convívio entre os idosos das várias valências do CSPSB.





VISITA DA SRA. SECRETÁRIA DA INCLUSÃO E ASSUNTOS SOCIAIS



No dia 22 recebemos a visita da Senhora Secretária da Inclusão e Assuntos Sociais Dra. Rita Andrade. Tivemos a honra desta visita oficial da senhora secretária que além de visitar as nossas

instalações também se inteirou do trabalho desenvolvido pela instituição, havendo também oportunidade da demonstração de uma atividade de estimulação sensorial com alguns idosos do lar que estava a ser desenvolvida aquando a visita.



COMEMORAÇÃO DO DIA DO ALZHEIMER



No dia 21 de setembro comemorou-se o Dia Mundial da Doença de Alzheimer. Sabe-se que esta demência provoca uma deterioração global, progressiva e irreversível de diversas funções cognitivas: a memória a atenção, a concentração, a linguagem, o pensamento, entre outras. Esta deterioração

tem como consequências alterações no comportamento, na personalidade e na capacidade funcional da pessoa, dificultando a realização das suas atividades de vida diária.

Na nossa instituição recordou-se esta data, com os nossos idosos, com a apresentação de um pequeno filme sobre os efeitos da doença, seguiu-se depois jogos interactivos de estimulação cognitiva.



PASSEIO “UM DIA COM A NATUREZA”



Todo o trabalho realizado na instituição CSPSB é em prol de todos os nossos utentes. Porém, sabemos também o quão é importante fomentar a motivação e união de uma equipa de trabalho e por isso mesmo, o dia 24 de setembro foi dedicado a toda a equipa de colaboradores do CSPSB, com a realização de um passeio até ao Rabaçal. No decurso do mesmo, fez-se a Levada do Alecrim, seguida de piquenique e de momentos de confraternização através de jogos de grupo.

O objetivo desta atividade foi alcançado com sucesso, pois a alegria, a boa disposição e o Convívio entre os participantes era bem visíveis.



COMEMORAÇÃO DO DIA DO CORAÇÃO



A pergunta inicial foi: “O que lhe diz o seu coração hoje?”

Foi assim que lançamos o diálogo entre os idosos das nossas valências a fim de comemorar o Dia Mundial do Coração.

O debate foi muito participativo, com a partilha de vivências, opiniões e esclarecimento de dúvidas sobre a temática.



AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO DA PSP



No final do mês, tivemos a visita da Polícia de Segurança Pública da Ribeira Brava, que efetuou uma ação informativa sobre a temática: “A segurança começa em cada um de nós” com o objetivo de esclarecer os idosos dos Centros de Dia e Centros de

Convívio sobre alguns cuidados a ter, para garantir a sua segurança pessoal, em casa ou na rua.



PASSATEMPOS

Descubra as 10 diferenças



Os aniversários do CSPSB







Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte

Revisão e Montagem: Bina Pereira

Agradecimentos:

- Governo Regional da Madeira;
- Secretaria Regional da Inclusão e Assuntos Sociais;
- Câmara Municipal da Ribeira Brava;
- PSP da Ribeira Brava
- Colaboradores do CSPSB;
- Voluntários;
- Familiares e Amigos.

Obrigado 