



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 é conhecido pelo mês das castanhas.

Mas não foram apenas as castanhas que assinalaram o mês de Novembro...

As diferentes atividades proporcionaram o reviver das tradições e das memórias de antigamente, descritas com a emblemática frase “no meu tempo era assim...”

Procuramos, desta forma, relembrar o passado, não esquecendo a importância de se viver intensamente o presente...

NOVEMBRO						
DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
		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			



FESTA DO PÃO POR DEUS

Reza a história que, depois do terramoto de 1755, em Lisboa, os pobres e mendigos pediam esmola. E quando tinham que “implorar” alguma coisa para comer, diziam “Pão por Deus por favor, Pão por Deus”. Não sabemos se a história está bem contada, o que sabemos é que a tradição perdurou e se mantém bem viva no CSPSB. Assim, decidiu-se fazer um trabalho de expressão plástica sobre os frutos da época, debateu-se a sua importância para uma alimentação saudável, as suas cores e texturas. Ao lanche foi servido um bolo recheado com as frutas da época e não faltaram, para partilhar, castanhas, laranjas, nozes e maçãs.



DIA DOS FIÉIS DEFUNTOS



Este mês também é conhecido pelo mês das “almas”, ou dos fiéis defuntos. E os idosos do CSPSB não deixaram passar este momento de homenagem aos que já partiram.

Visitou-se assim o cemitério, onde os idosos deixaram flores e rezaram algumas orações por todos os que já não se encontram entre nós.



FESTA DE SÃO MARTINHO

“Em tempo de São Martinho, lume, castanhas e vinho”, assim reza o provérbio popular.

Como manda a tradição, no dia 11 de novembro, não podia faltar, ao almoço, um delicioso bacalhau assado e no período da tarde, as castanhas assadas e a prova do vinho novo.

A tarde foi repleta de animação, com uma peça de teatro alusiva à lenda de São Martinho, cantigas alusivas à época e a atuação musical de um dos nossos colaboradores que cantou e encantou, com algumas músicas conhecidas pelos idosos, em português e em espanhol. Foram momentos de verdadeira diversão, convívio e muita alegria.





CONFEÇÃO DE BROAS

No mês de novembro entramos em velocidade cruzeiro nos preparativos para o Natal... As decorações vão sendo feitas, com lindos e originais objetos decorativos realizados pelos idosos e a equipa da Ocupação.



Segue-se a confeção dos licores, das compotas e das broas. Como já vem sendo tradição, alguns idosos gostam muito de colaborar na elaboração das broas. Assim, durante as terças-feiras do mês de novembro diferentes grupos de colaboradores e de idosos foram até uma padaria do concelho,

confeccionar as nossas deliciosas iguarias: broas de mel, côco e laranja, salgadinhos, santo antoninhos, palitos de cerveja... Ummm.... Já cheira a Natal!

Como dizia uma idosa presente “é isto que nos faz lembrar a festa”.

Para quem quiser degustar... as nossas deliciosas iguarias serão comercializadas na Feira de Natal, realizada na Noite do Mercado da Ribeira Brava, dinamizada pela Autarquia, nos dias 17 e 18 de Dezembro.



FEIRA DAS VONTADES

Este ano é pela primeira vez, o CSPSB, participou na Feira das Vontades, dinamizada pela Casa do Voluntário da Madeira, que decorreu na Avenida Arriaga, entre os dias 17 e 20 de Novembro.

Este evento permitiu dar a conhecer os trabalhos elaborados com os idosos, bem como, as nossas especialidades caseiras, nomeadamente, as broas, compotas, licores, quiches, tartes, entre outras.

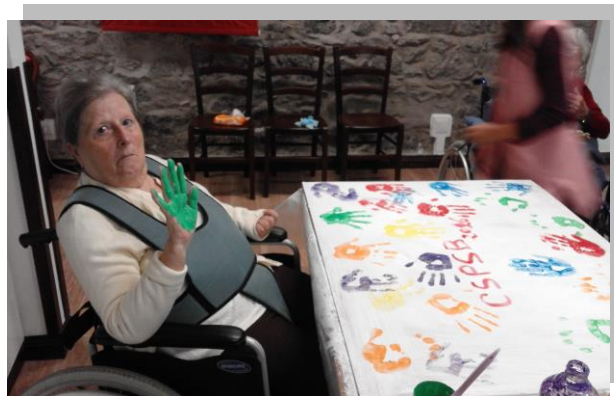


EXPOSIÇÃO SOLIDÁRIA

Participamos ainda, na Exposição Solidária, também promovida pela Casa do Voluntário da Madeira, com o tema “a minha história”, que esteve patente ao público no Centro Comercial *La Vie*, entre os dias 14 e 23 de Novembro.

O nosso expositor procurou dar a conhecer os 20 anos de vida do CSPSB, desde 1996 até 2016. Foi assim, ilustrada a evolução da Instituição, através de uma árvore, sendo que, cada galho representava uma valência da Instituição. No verso do placard, foram decalcadas as mãos dos idosos, simbolizando a diversidade e a união de todos os que fizeram e fazem parte desta família.

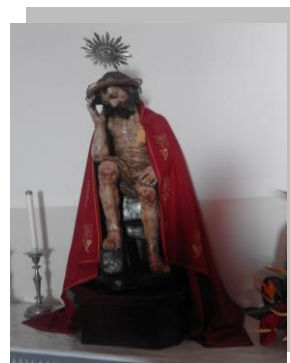
Foi neste contexto, programada visita dos nossos idosos a esta interessante exposição, onde estiveram representadas várias Instituições da Região.



VISITA À CASA DA IRMÃ VIRGINIA

O mês caminha para o fim, mas não poderíamos deixar de relembrar mais uma tividade realizada a pedido de alguns idosos: a visita à casa da Madre Virgínia Brites da Paixão, situada no Lombo dos Aguiares, freguesia de Santo António. No dia 28, tiveram o privilégio de serem recebidos por uma das irmãs Clarissas, que nos apresentou o quarto e a pequena capela da casa da Madre Virgínia.

Tivemos também oportunidade de ver mais de perto os objetos pessoais da madre e conhecer melhor a sua história. Por fim, fomos ver a capela principal e ver de perto “o Senhor da Paciência”. Este momento foi repleto de muita emoção e vivência espiritual entre os presentes.



Aqui ficam algumas imagens das atividades desenvolvidas, ao longo do mês, nos nossos Ateliers.





QUADRAS DE SÃO MARTINHO:

Lá estava um pobre mendigo
Num dia tempestuoso
S. Martinho deu-lhe abrigo
E apareceu um sol maravilhoso.

Castanhas quentinhas
Ao lume a estalar.
Nós vamos assá-las
Até nos fatar.

Chegou a altura das castanhas
Da água-pé e do bom vinho
Escusado será dizer
Que é tempo de S. Martinho.

Castanhas, castanhas
Que boas que elas são.
Quentinhas, assadinhas
Fazem bem ao coração.



Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte

Revisão e Montagem: Carina Faria

Agradecimentos:

- Colaboradores do CSPSB;
- Irmãs Clarissas do Lombo dos Aguiares ;
- Padaria Bolapan;
- Casa do Voluntário da Madeira.

Obrigado