



IDOSOS EM AÇÃO



Editorial



O Centro Social e Paroquial de São Bento (CSPSB) através das suas diversas valências: **Lar, Residência para Idosos, Centros 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 **Boletim “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.



Dezembro é um mês de festa, de alegria, de luz, de união, de esperança e de muito amor, tudo isto em comemoração do Nascimento do Menino Jesus.

Esta quadra tem início, logo no princípio do mês de dezembro, com a tradição de decorar a árvore de Natal e elaborar a *lapinha*. O dia 1 de dezembro é, geralmente, a data escolhida por muitas famílias para dar início a estas celebrações.

Depois de aperaltar as suas casas, com as decorações Natalícias, segue-se a confeção das broas, do bolo de mel e dos licores, assim como, as missas do parto, a visita às decorações e iluminações das vilas e cidades, os almoços e jantares em família, enfim muitas tradições Natalícias, que fazem parte da cultura Madeirense.

Dezembro é também, momento de fazer um balanço sobre o decorrer do ano e, principalmente, quando se perspectiva objetivos para o Ano Novo.

O mais importante é que se faça uma extensão da quadra natalícia para o ano Novo, tornando sempre presente, os sentimentos e gestos de solidariedade, que esta quadra nos inspira.





VISTA DOS ALUNOS DA ESCOLA CRISTOVÃO COLOMBO

No dia 04 de dezembro, decorreu, no Lar de São Bento, um convívio inter-geracional entre idosos e alunos do curso de informática, da Escola Profissional Cristóvão Colombo. Este convívio, contou com uma atividade musical e alguns jogos multimédia, com utilização do software “SiosLife”. Após as atividades foi promovido um lanche convívio.



ANTESTREIA DO CIRCO MUNDIAL



Natal sem Circo não é Natal!

Faz parte da nossa tradição que, em dezembro, um grupo de idosos, das diferentes valências, tenham oportunidade de assistir, à antestreia do Circo Mundial, no Funchal. Este espetáculo contou com a exibição de palhaços, trapezistas, malabaristas, mágicos, entre outras surpresas, que encantaram todos os espetadores. De realçar que, esta sessão foi, especialmente, denominada de “Circo Solidário”, por surgir de uma parceria entre a Associação Portuguesa de Deficientes da Madeira e Associação Sem Limites, que convidou as Instituições de cariz social, a juntar a esta causa.





ALMOÇO CONVÍVIO ENTRE A POPULAÇÃO SÉNIOR DO CONCELHO DA RIBEIRA BRAVA

A convite da Câmara Municipal da Ribeira Brava, participou-se num almoço convívio de Natal, destinado aos seniores do concelho, que decorreu no passado dia 11 de dezembro, no pavilhão gimnodesportivo da Serra de Água.



Os idosos das várias valências do Centro tiveram o privilégio de participar neste convívio de Natal, tendo a oportunidade de rever pessoas conhecidas e desta forma, conviverem, conversarem e até darem um pezinho de dança, contagiando-os de espírito natalício.

JANTAR DE NATAL DOS COLABORADORES CSPSB



A 13 de dezembro, foi a vez de reunir a equipa do CSPSB para um jantar de Natal, com o intuito de promover a união e o espírito natalício, que envolveu colaboradores e elementos das Direções. O jantar realizou-se no restaurante “Mudas – Calheta”, que foi preparado a rigor, pelos colaboradores, com decoração alusiva ao tema: “Noite Feliz”, relembrando o verdadeiro sentido do Natal: o nascimento do Menino Jesus. Esta foi também, uma noite muito feliz para todos os participantes, repleta de carinho, partilha e alegria. Um ambiente festivo e requintado, complementado com bons momentos musicais e pézinho de dança.





FEIRAS DE NATAL

Uma vez mais, a Instituição associou-se às iniciativas promovidas pela Câmara Municipal da Ribeira Brava, marcando presença nas Feiras de Natal concelhias. Assim, entre os

dias 14 e 15 de dezembro, participou-se na Feira de Natal, que ocorreu na frente mar da Ribeira Brava, e, entre os dias 20, 21 e 22, na feira promovida no âmbito da noite do mercado.



Nestas feiras, colocou-se à venda vários trabalhos realizados pelos idosos, a preços



simbólicos e também, algumas iguarias de fabrico próprio, entre as quais, poncha, cacau, licores, rissóis, tartes, quiches, malassadas, rabanadas, broas e compotas de frutos regionais, que fizeram a delícia de todos aqueles que nos visitaram, levando para casa um bocadinho do nosso Natal.

VISITA DE GRUPO DE DEPUTADOS



No dia 16 de dezembro, o Centro de Dia/Convívio do Campánario e o Lar de São Bento receberam a visita natalícia dos deputados da Assembleia Regional do PS, entre eles o Dr. Paulo Cafôfo. O grupo de deputados inteirou-se das atividades realizadas, nas diferentes valências, aproveitando também, para deixar

votos de Feliz Natal e Bom Ano Novo aos idosos e colaboradores da Instituição.



MISSA DO PARTO E CONVÍVIO

As missas do parto são uma das maiores tradições natalícias do arquipélago da Madeira. Consiste numa devoção mariana, que comemora a gravidez da Virgem Maria, através de 9 missas, que antecedem a grande Noite de Natal. Assim sendo, no dia 17 de dezembro, para cumprir a tradição, os idosos, famílias, colaboradores e elementos da Direção do CSPSB, juntaram-se para participar numa destas missas. Após a celebração eucarística, seguiu-se um alegre convívio, no Lar de São Bento, que contou com a presença dos “Amigos



do Parto”, um grupo muito alegre, que cantou e encantou, com músicas alusivas à época. Não faltaram também, as iguarias tradicionais para aquecer o corpo e a alma, como a canja, sandes de galinha, bolos, broas, cacau e poncha. Este convívio foi marcado pelo alegria, boa disposição e confraternização entre todos



VISITA À DECORAÇÃO E ILUMINAÇÃO DE NATAL



Entre os dias 18 e 20 de dezembro, alguns idosos tiveram a oportunidade de visitar as iluminações de Natal, razão que serviu de pretexto para sair à noite e comentar “*Aí que coisas tão lindas!*”.

Para que os idosos com mobilidade reduzida, pudessem também, desfrutar destas vistas, contou-se com uma carrinha adaptada, cedida pelo Instituto de Segurança

Social, que lhes permitiu, apreciar o encanto das decorações e iluminações das cidades de Câmara de Lobos e Funchal.



VISITA DO SENHOR PRESIDENTE DO GOVERNO



No dia 20 de dezembro, o Lar de São Bento recebeu a visita natalícia do Sr. Presidente do Governo Regional da Madeira, Dr. Miguel Albuquerque, acompanhado pela Sra. Secretária dos Assuntos Sociais, Dra. Augusta Aguiar e Sr. Presidente da Câmara Municipal da Ribeira Brava, Dr. Ricardo Nascimento, entre outros elementos da comitiva oficial. A visita foi realizada num agradável ambiente de boa disposição, onde o Sr. Presidente aproveitou para desejar Boas Festas a todos, sendo estes votos retribuídos a todos os que nos vieram visitar. Para além dos votos de Natal, o Senhor Presidente teve também, a oportunidade de se inteirar de algumas atividades, que estavam a ser desenvolvidas com os idosos.



ATIVIDADE INTERGERACIONAL NA CASA DE ABRIGO



Um grupo de idosos juntou-se aos utentes da Casa de Abrigo para Mulheres Vítimas de Violência Doméstica, no dia 23 de dezembro, para participar numa atividade intergeracional.

Nesta atividade, foram dinamizados alguns jogos relacionais e jogos de mímica.

Depois das atividades, foi tempo de visitar o presépio tradicional, realizado na Casa de Abrigo, seguido-se um agradável lanche convívio, entre todos os participantes.



PARTICIPAÇÃO NA MISSA DOS AVÓS E NETOS



No dia 24 de dezembro, véspera de Natal, os idosos tiveram a oportunidade de participar na missa dos avós e netos, realizada na Igreja Paroquial da Ribeira Brava.

Esta celebração, destina-se a crianças e idosos, realiza-se pelas 12h, em substituição da missa do galo, possibilitando que, para além da missa, estes possam assistir a uma pequena peça de teatro (“ato de Natal”), dinamizada pelos Escuteiros da Ribeira Brava. Assim, os idosos tiveram, uma vez mais, a possibilidade de festejar o nascimento do Menino Jesus.



VISUALIZAÇÃO - FILME DE NATAL E FOTOS DO MÊS

Os idosos, no dia 27 de dezembro, aproveitaram para visualizar um filme de Natal, intitulado: “O meu primeiro Natal”.

Aproveitou-se também, para promover o debate sobre a mensagem do filme e sobre o que representa o Natal, para cada um.

Para finalizar a atividade, visualizaram-se as fotografias das atividades promovidas no mês de novembro, com o objetivo de relembrar bons momentos.



CONVÍVIO COM O GRUPO DE CANTARES DA AVÉ-MARIA

Natal é dar é receber, e assim sendo, no dia 29 de dezembro, recebemos um grupo de cantares da Avé Maria. Este grupo para além de visitar os idosos do Lar, também cantou músicas das romagens de Natal e de Nossa Senhora da Conceição, entre outras cantorias tradicionais. Por fim, realizou-se um lanche partilhado entre todos os presentes.



REFLEXÃO SOBRE O ANO DE 2019

2019

Ao caminharmos para o fim do mês, promoveu-se um momento de reflexão/balanço, com os idosos, sobre os aspectos positivos e menos positivos, do ano de 2019. No geral, os idosos avaliaram este ano de forma positiva, apontando alguns acontecimentos bons, como o facto de terem sido avós, outros, receberam a visita dos seus familiares emigrados, que já não viam há muito tempo, entre outros marcos importantes. Em geral, os idosos realçaram o fato de chegar ao fim do ano o melhor possível e com alguma saúde, que foi sem dúvida, a melhor conquista do ano.

VISITA A PRESÉPIO NA RIBEIRA BRAVA



No Natal, é também, tradição visitar os presépios para ver o Menino Jesus. Assim, um grupo de idosos aproveitou o último dia do mês de dezembro, para visitar o presépio da Igreja Matriz e o presépio da frente mar da Ribeira Brava, apanhando desta forma, um pouco de ar fresco e de certa forma, despedindo-se do ano de 2019.



ALGUNS DOS NOSSOS ATELIERS

ATELIER DE EXPRESSÃO PLÁSTICA



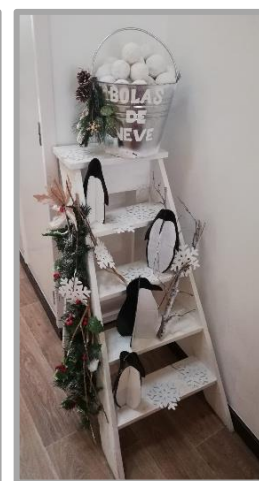
ATELIER DE CULINÁRIA

Como não podia deixar de ser, no Natal, confeccionam-se os licores e, neste caso, o licor de anis, que é bem madeirense, não podia faltar, em nossa Casa.

ATELIER DE EXPRESSÃO MUSICAL



Decorações São Bento - Vila Natal



PASSATEMPOS

👉 Procure na Sopa de Letras as 30 palavras relacionadas com o Natal.

ADVENTO
ÁRVORE
BACALHAU
BALTASAR
BOLAS
BROAS
CÂNTICOS
CHAMINÉ
CHOCOLATES
CONSOADA
ESTRELA
FAMÍLIA
FESTIVIDADE
FILHOSES
FITAS
GASPAR
IGREJA
ILUMINAÇÃO
JESUS
LEMBRANÇAS
MELA
MELCHIOR
MISSA
NOITE
PINHEIRO
PRENDAS
PRESÉPIO
RABANADAS
SAPATINHO
TRADIÇÃO

N	L	S	A	Ç	N	A	R	B	M	E	L	M	E	S
O	D	A	U	T	A	S	R	E	L	G	O	T	S	A
I	G	R	E	J	A	R	P	R	E	S	E	P	I	O
T	H	L	S	R	D	I	E	T	A	E	N	T	R	R
E	A	I	T	E	A	D	V	E	N	T	O	A	L	B
A	S	Q	R	E	O	E	R	D	I	A	X	S	A	E
O	N	T	E	M	S	E	U	A	H	L	A	C	A	B
A	T	A	L	S	N	M	T	D	U	O	L	H	J	A
Ç	X	S	A	L	O	B	M	I	R	C	V	A	M	J
I	V	A	E	A	C	R	I	V	B	O	R	M	S	S
D	M	O	A	Z	S	A	P	I	N	H	E	I	R	O
A	R	T	E	S	A	L	E	T	G	C	E	N	M	C
R	A	B	A	N	A	D	A	S	X	S	L	E	A	I
T	E	R	L	O	T	H	A	E	L	F	A	R	I	T
A	E	M	I	T	E	A	X	F	J	I	E	O	J	N
O	A	J	E	S	U	S	I	L	T	L	J	H	J	A
A	Z	A	S	D	D	A	X	S	A	H	I	N	M	C
Ç	E	S	A	D	N	E	R	P	V	O	V	I	D	A
A	Z	X	S	T	E	L	A	R	E	S	A	T	I	F
N	S	R	A	I	R	T	S	E	T	E	D	A	R	A
I	D	A	R	A	P	S	A	G	Z	S	I	P	E	M
M	R	T	V	M	E	G	T	A	L	R	T	A	R	I
U	L	R	O	I	H	C	L	E	M	A	S	S	I	L
L	U	A	R	A	Z	D	A	E	A	L	J	H	R	I
I	T	M	E	I	A	X	B	N	I	M	I	S	S	A

Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte; Bina Pereira

Revisão: Carina Faria

Agradecimentos:

- Câmara Municipal da Ribeira Brava;
- Instituto da Segurança Social da Madeira, IP-RAM;
- Grupo de Escuteiros da Ribeira Brava;
- Presidente do Governo Regional da Madeira;
- Deputados do PS-Madeira;
- Grupos de cantares da Avé Maria e “Amigos do Parto”;
- Escola Profissional Cristóvão Colombo;
- Colaboradores do CSPSB;
- Familiares e Amigos;
- Voluntários.

Obrigado 