



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.



Chegou o mês de novembro, penúltimo mês do ano, sendo, por isso, um mês que desperta alguma nostalgia, quando nos apercebemos que o ano passou “a voar” e já só falta um mês para o final de 2020...

Novembro, este ano, veio acompanhado de frio e chuva, lembrando-nos, por um lado, que estamos em pleno Outono, disseminando, por outro, o aroma a Inverno e a Natal. É tão bom o cheirinho das primeiras chuvas!...

A nostalgia, é rapidamente superada, pela intensidade, com que vivemos as comemorações, ao longo do mês, que nos trouxe 30 dias, bem recheados de atividades. Com a ajuda de todos, demos também, continuidade, aos trabalhos para as decorações de Natal e à confeção das habituais iguarias natalícias, os nossos licores, broas e compotas...

Já cheira a Natal!

DIA DE TODOS OS SANTOS / PÃO POR DEUS / HALLOWEEN



A 1 de novembro é celebrado o dia de Todos os Santos e o Pão por Deus. A tradição do Pão por Deus remonta há muitos séculos, em que, no dia de todos os santos, se repartiam alimentos pelos mais pobres.

Este hábito, ganhou força após o grande terramoto de 1755, pois a fome e a miséria sentiam-se pela cidade, o que reforçou a necessidade de partilha de alimentos, pelos mais necessitados. As pessoas percorriam, assim, as ruas de Lisboa, batendo às portas e pedindo qualquer esmola, mesmo que, fosse apenas pão. Dado o desespero, as pessoas pediam “Pão, por Deus”.

Atualmente, o Pão por Deus é celebrado com a partilha de diversas frutas da estação, pelo que, a Instituição não quis fugir à tradição.

Para comemorar este dia, iniciou-se, no período da manhã, com um trabalho de expressão plástica: a decoração, por cada idoso, do seu saquinho, com material reciclado, bem como, a decoração de um cesto do Pão por Deus, com frutas da época, designadamente, uvas, figos, nozes, laranjas, castanhas, entre outras, que foram repartidas, por todos.

No final da manhã, dirigimo-nos para a capela do Lar e efetuamos uma pequena oração, a Todos os Santos.

No período da tarde, fizemos também, alusão ao *Halloween*, ou dia das bruxas, enfeitando alguns espaços da Instituição... Depois deixámo-nos contagiar pelo ambiente, e não é que surgiram algumas “bruxinhas”, que fizeram as suas peripécias?! Foram momentos de muitas gargalhadas e travessuras!



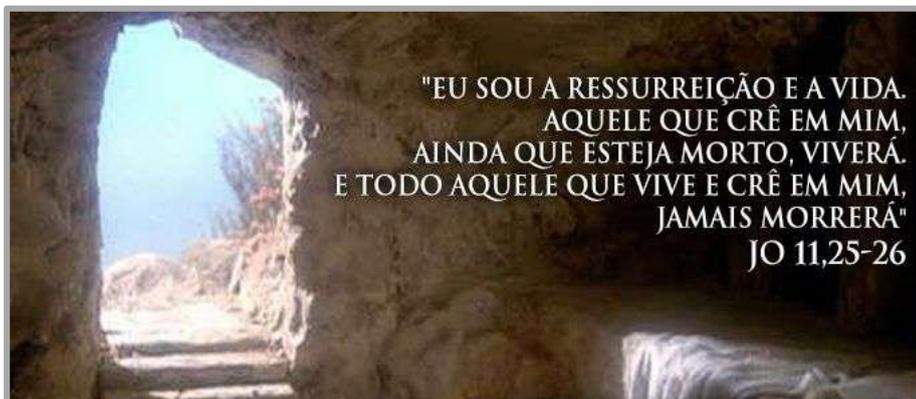


DIA DOS FIÉIS DEFUNTOS



Por tradição, no dia 2 de novembro, a igreja católica recorda aqueles que já partiram do mundo dos vivos.

A instituição não quis deixar passar este dia sem também, relembrar todos aqueles que já partiram, pedindo o seu eterno descanso, através da oração, na capela do Lar.



DIA DE SÃO MARTINHO



Lenda de São Martinho

Reza a lenda, que São Martinho era um cavaleiro que, num dia tempestuoso, encontrou um mendigo cheio de frio e sem abrigo. São Martinho não hesitou, desceu do cavalo e com a sua espada cortou a sua capa de militar, dando metade ao



mendigo. Apesar de mal agasalhado e de chover torrencialmente, preparava-se para continuar caminho, quando de repente a tempestade desapareceu e deu lugar a um sol brilhante.

Diz-se que Deus para lembrar o acto de bondade praticado pelo Santo, dá em meados do Outono, uns belos dias de sol, a que o povo chama “Verão de São Martinho”.

É por causa desta lenda que, todos os anos, festejamos o Dia de São Martinho, a 11 de novembro, degustando, por tradição, castanhas, bacalhau assado e bom vinho.

Na Instituição, fizemos jus a este costume, começando o dia, com os idosos a preparar as castanhas para assar, e que rica ajuda nos deram! Após este trabalho árduo, hora de recuperar energias, com a degustação do maravilhoso almoço de São Martinho, com o bacalhau e batata doce assada, acompanhado, de um copinho de vinho!

No decorrer da tarde, e, uma vez que a meteorologia assim o permitiu, foi tempo de assar as castanhas e saboreá-las no alpendre, ao som da música e com muita animação à mistura!





**EM TEMPOS DE CONFINAMENTO,
CONTINUAMOS AS NOSSAS ATIVIDADES...**

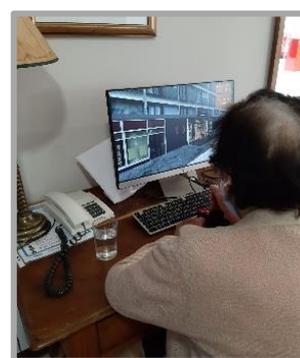
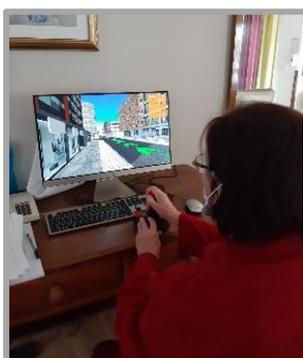
POSTAIS DE NATAL SOLIDÁRIOS

Em novembro, a Pastoral Penitenciária da Diocese do Funchal levou a cabo uma campanha de Natal, intitulada “Tu Contas! Por isso, Ele nasce!”. Trata-se de uma iniciativa, que visa oferecer a cada recluso do Estabelecimento Prisional do Funchal, um postal de Natal.

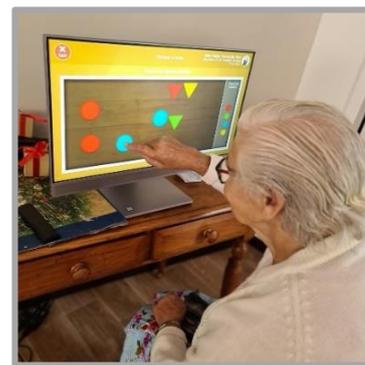
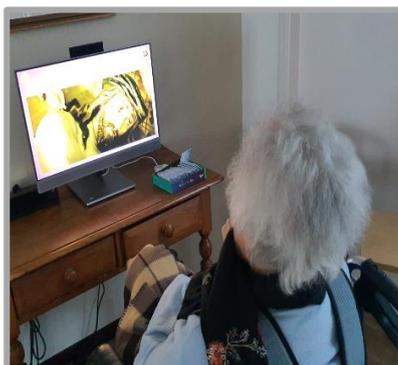
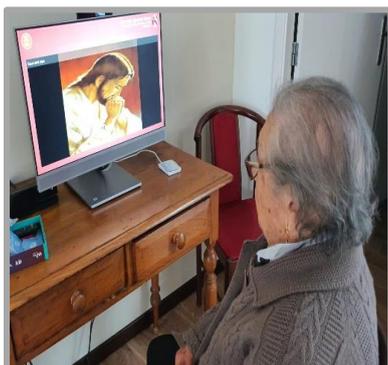
A Instituição juntou-se à paróquia da Ribeira Brava nesta causa, através de alguns postais solidários, elaborados com apoio dos nossos residentes, procurando transmitir algum reconforto, na época natalícia que se avizinha, e uma mensagem de esperança.



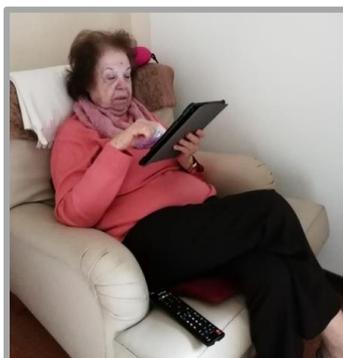
JOGO DE ESTIMULAÇÃO REH@CITY



ATELIER SIOSLIFE



EXPLORAÇÃO DE APLICAÇÕES NO TABLET



ESTIMULAÇÃO DO RACIOCÍNIO LÓGICO E DA MEMÓRIA



ATELIER SABER +



ATELIER DE JARDINAGEM



ATELIER DE EXPRESSÃO PLÁSTICA





ATELIER DE CULINÁRIA

Este mês foi realizado, no atelier de culinária, o Bolo de Bolacha. É um dos nossos bolos preferidos e, pelos vistos, dos idosos também!



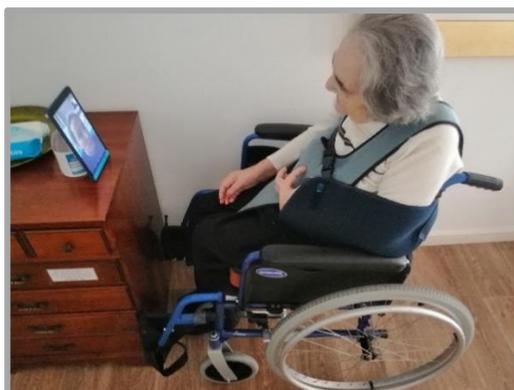
ATELIER DE EXPRESSÃO MUSICAL



ATELIER DE ATIVIDADE FÍSICA



CONTACTOS TELEFÓNICOS COM FAMILIARES



VISITA DOS FAMILIARES AOS IDOSOS



CAFÉ & CONVERSAS



PASSATEMPOS

SOPA DE LETRAS

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

1. Castanhas	5. Verão
2. Mendigo	6. Vinho
3. Cavaleiro	7. Magusto
4. Capa	8. Soldado

Ficha Técnica:

Edição: Daulina Côrte; Marília Antão

Revisão: Carina Faria

Agradecimentos:

- Colaboradores do CSPSB;
- Familiares e Amigos;
- Voluntários.