



Fundação **Betânia**

Centro Apostólico de Acolhimento e Formação

Jornal Institucional

Janeiro a Dezembro de 2013

PROPRIEDADE:

Fundação Betânia
Centro Apostólico de
Acolhimento e Formação

PERIODICIDADE

Anual

REDAÇÃO

Fundação Betânia

IMPRESSÃO

Casa de Trabalho

DESIGN

Multimobile

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:

DIRETORA DE SERVIÇOS

Paula Pimentel

FISIOTERAPEUTA

Gonçalo Guerreiro

ASSISTENTE SOCIAL

Bruno Santos

PROF. ED. FISICA E ANIM. SOCIAL

Joana Oliveira

NUTRICIONISTA

Fabiola Mourinho

ÍNDICE

A Fundação Betânia	3
Janeiro	4-5
Fevereiro	6-7
Março	8-9
Abril	10-13
Maió	14-19
Junho	20-21
Julho	22-23
Agosto	24-25
Setembro	26-27
Outubro	28-29
Novembro	30-31
Dezembro	32-33

A FUNDAÇÃO BETÂNIA

A Fundação Betânia encontra-se ao serviço da população idosa e contempla duas Respostas Sociais: Estrutura Residencial para Idosos (ERPI) e Serviço de Apoio Domiciliário (SAD).

A sua Missão visa o acolhimento e o apoio, prioritariamente à população idosa da Diocese de Bragança – Miranda, potenciando a sua (re) socialização e autonomia através do envolvimento e participação de todos os actores da comunidade, oferecendo um leque diversificado de actividades específicas e adaptadas.

A FB tem por base de ação Princípios e Valores identificados por todos os intervenientes, que a seguir damos a conhecer:

Caridade: tratar o outro com Amor e Humanismo cristão nas relações interpessoais que se estabelecem valorizando a integralidade da pessoa, tendo em vista o seu bem-estar individual e o bem-estar da comunidade em que se insere.

Transparência: disponibilizar à comunidade, e em permanência, explicações sobre os atos praticados pela Instituição, de forma clara e concisa.

Proximidade/participação: promover o permanente envolvimento de todos os atores na vida da Instituição, fortalecendo as relações interpessoais e a capacidade de autossustentar soluções para os problemas, coletivamente identificados.

Autonomia: promover a autossustentabilidade na medida em que todas as ações desenvolvidas pela Instituição deverão contribuir para a corresponsabilização e autossatisfação das necessidades individuais e coletivas dos clientes.

Qualidade/Excelência: assumir diariamente, e de forma transversal, o compromisso da Excelência / Qualidade na e pela prestação dos serviços à comunidade.

A FB tem definido a Política de Qualidade que serve de base à implementação da sua Ação e que se traduz na realização da sua Missão através de uma atuação dirigida e vertida nos seguintes objetivos estratégicos:

Desempenhar um papel proactivo e responsável no combate à pobreza e à exclusão Social:

- Apostar na inovação contínua e adaptabilidade a novos desafios tais como o isolamento e a dependência.

Melhorar, qualificar e aumentar a diversidade de serviços de forma a responder mais eficazmente aos desafios e necessidades:

- Regularizar as actividades da organização tendo presente a necessidade de responder com mais eficácia e eficiência aos desafios e necessidades;

As mudanças e as alterações na sociedade são constantes e, muitas vezes, torna-se difícil acompanhar as exigências associadas e a capacidade de responder eficazmente, exigindo um grau de envolvimento profundo de todas as partes.

Neste contexto, a Fundação procura refletir e reavaliar a sua intervenção, as suas actividades, dando um sentido renovado à orientação para o futuro, estabelecendo novas metas, redefinindo procedimentos e concebendo estratégias monitorizáveis que abranjam os seus colaboradores, as estruturas e os modelos de gestão utilizados.

Para conseguir maiores níveis de eficácia na prossecução da sua Missão, a FB procura promover um amplo processo de consulta, diálogo que conduza à justiça e à dignidade de cada pessoa.

A planificação e monitorização das várias actividades realizadas tem por finalidade principal a ocupação dos Residentes e beneficiários dos nossos serviços, com vista ao envolvimento nas diferentes ações, para que possam sentir-se realizados, sentindo prazer e entusiasmo na participação, consciencializando-se que podem dar o seu contributo no desenvolvimento das actividades propostas, contrariando a ideia que os idosos são inativos.

Através dos seus representantes, a Fundação Betânia tudo fará para garantir o cumprimento das expectativas e os interesses dos Utilizadores em particular, e da comunidade em geral.

Janeiro

MOSTRA CULTURAL SOLIDÁRIA PROJETO "DAR E RECEBER"

09/01/2013

No dia 9 de Janeiro de 2013, um grupo de residentes da FB pôs mais uma vez em prática os seus dotes artísticos, através da apresentação de uma Peça de Teatro que deixou uma mensagem de coragem e esperança. A atividade inseriu-se na Mostra Cultural Solidária que decorreu no Auditório Paulo Quintela e contou com a participação de várias instituições da cidade que apresentaram peças de teatro, canções e encenações preparadas para a celebração do Natal.

Depois de todos nos alegrarem com estes momentos de partilha e verdadeira arte a tarde terminou com um lanche oferecido pelas diferentes instituições participantes.

Desta forma deu-se um novo ânimo aos primeiros dias do ano 2013.



PREPARAÇÃO DO DIA DA AMIZADE

23/01/2013

No sentido de não deixar de celebrar cada momento importante, a FB proporciona todos os anos aos seus utentes a oportunidade de celebrar o "Dia da Amizade", assinalado no dia 14 de Fevereiro.

No dia 23 de Janeiro de 2013, iniciaram os preparativos para o "Dia da Amizade", que consiste na troca de cartas entre os vários utentes da Instituição. No espaço dos trabalhos manuais, os utentes, juntamente com as estagiárias de Educação Social, começaram a elaborar os materiais necessários para esta atividade: envelopes e papel onde cada um partilhou palavras dirigidas aos amigos que acompanham cada um nesta família que é a FB.

Para finalizar foram preparadas e coladas as etiquetas em cada um dos envelopes de forma a saber o remetente e destinatário de cada uma destas cartas de Amizade.

Como não poderia deixar de ser, todos estas cartas chegam por um correio especial, o "Correio da Amizade", assinalado por uma Caixa de Correio também construída nos trabalhos manuais.

A amizade é motivo para celebrar, pois nos verdadeiros amigos encontramos sempre um enorme apoio e esta, não tem idade, é eterna!

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO "O FRIO"

24/01/2013

Com a chegada da estação mais fria do ano há determinados cuidados que todos devemos ter, sobretudo aqueles que são considerados grupos de risco, como as crianças e os idosos. Torna-se então, muito importante saber como nos devemos proteger do frio e das consequências que este acarreta.

Neste sentido, no dia 24 de Janeiro de 2013, as estagiárias de Educação Social promoveram uma ação de sensibilização sobre "O Frio" e os principais cuidados que devemos ter, para que se possa desfrutar do Inverno com comodidade e saúde.

Nesta ação foram abordados os efeitos da prolongada exposição ao frio no nosso organismo, formas de prevenir as gripes/constipações, cuidados a ter com a alimentação, o vestuário, com o gelo e a neve e os cuidados a ter em casa sobretudo com os aquecedores e as lareiras. Conceitos gerais que pretenderam esclarecer a alertar cada um dos idosos para os perigos das condições meteorológicas associadas ao Inverno.



PREPARAÇÃO DOS FATOS DE CARNAVAL

31/01/2013

Com a aproximação do Carnaval, data festiva associada à folia, cor, fantasias, brincadeiras, começaram a ser preparados os disfarces para tornar este dia ainda mais divertido.

A FB procura não deixar passar este dia em branco e desta forma proporcionar aos seus residentes momentos de muita alegria e animação. Nos dias 30/31 de Janeiro de 2013, começaram a ser elaborados os disfarces a partir da utilização de materiais reciclados, sobretudo jornais, revistas e outros.

Os idosos e as estagiárias de Educação Social, colocaram mãos à obra a fim de construir fitas para decorar a instituição, fatos para os idosos, chapéus e óculos.

Torna-se importante manter vivas as tradições, pois estas dão um maior significado a cada momento vivido.

Fevereiro

CELEBRAÇÃO DO DIA DA AMIZADE

14/02/2013

No dia 14 de Fevereiro, foi aperto o Correio da Amizade e as cartas entregues aos seus destinatários. Para além da entrega e leitura de cartas, foi abordado o tema d' "os Afetos" como a amizade, o carinho e o amor. Este tema, despertou nos presentes um momento de interação engraçado e divertido pois um dos residentes levantou-se espontaneamente para dar uma abraço de amizade a quem lhes estava a entregar as cartas e logo todos repetiram o mesmo gesto acabando por se gerar um verdadeiro "abraço colectivo".

As cartas foram lidas em voz alta para que todos pudessem ouvir os desejos de saúde, alegria de confiança em Deus.



CORREIO
da
Amizade

FESTA DE CARNAVAL DA FUNDAÇÃO BETÂNIA

11/02/2014

No dia 11 de Fevereiro, realizou-se na FB a festa de Carnaval 2013. Após o espaço ser decorado com balões e fitas elaboradas na Oficina de Trabalhos Manuais, alguns residentes e colaboradores disfarçaram-se promovendo uma representação improvisada que gerou muitas gargalhadas e folia. Para terminar a festa fez-se um baile.

O principal objetivo desta atividade foi promover a alegria e distração dos residentes festejando o Carnaval.

PROJECTO TROCA DE VALORES

A FB numa parceria com a Escola Santa Clara do Colégio São João de Brito levaram a cabo um projeto intitulado de "Troca de Valores".

O projeto decorreu entre os meses de fevereiro e março e teve como objetivo principal fomentar a troca e a partilha de valores intergeracionais, num sentido de cooperação pedagógica no percurso educativos das crianças, através da colaboração por parte destas em algumas atividades realizadas na Instituição ao nível sociocultural, cognitivo e da vida diária do idoso.

O projeto foi vivido com grande entusiasmo e alegria pelas crianças do 1.º ciclo e permitiu reforçar

alguns valores morais, sociais e educativos durante o processo ensino-aprendizagem, bem como a aquisição de conhecimentos, por parte das crianças, ao nível da intervenção biopsicosocial na pessoa idosa.

Relativamente aos idosos, pode dizer-se que foi também com grande alegria e envolvimento que receberam as crianças.

Ficou a vontade de realizar futuros projetos nesse âmbito.



PARTICIPAÇÃO NUM PROGRAMA DA RÁDIO BRIGANTIA EM SAMIL

22/02/2013

No dia 22 de Fevereiro de 2013, pelas 10:30h, um grupo de idosos, deslocaram-se à freguesia de Samil, para participar num programa da Rádio Brigantia.

O programa em que os idosos participaram chama-se "Viagens Na Minha Terra", é transmitido todas as semanas, às quartas de manhã, com repetição ao sábado, no período da tarde, e permite fazer uma radiografia de um local, neste caso Samil. O programa tem como finalidade colocar em discussão o melhor e o pior de cada terra. Assim, a FB como um dos grandes Equipamentos Sociais pertencente à freguesia de Samil, deu o seu contributo, enumerando as suas atividades e respostas perante a comunidade. Os idosos que participaram representaram os residentes da Fundação, falaram acerca do motivo da sua entrada na Instituição e deram a sua opinião sobre os serviços que usufruem na instituição.



Março

DIA DA MULHER 08/03/2013

No dia 8 de Março de 2013, deu-se a conhecer aos residentes da instituição o porquê da existência do Dia da Mulher e a evolução que a figura feminina tem sofrido ao longo das últimas décadas nos mais diversos aspetos que a caracterizam. Foi realizada uma ação de sensibilização no Salão Polivalente da FB intitulada de “Dia da Mulher. Porquê?”.

O tema gerou troca de experiências e de opiniões. Apresentou-se a vida de algumas figuras femininas que mais se destacam na nossa cultura, entre elas Amália Rodrigues, Eunice Muñoz, Madre Tereza de Calcutá, entre outras.

Como forma de finalizar esta atividade, foram distribuídas às residentes da Instituição flores elaboradas na Oficina de Trabalhos Manuais.



IV EDIÇÃO DA SEMANA DO IDOSO 18/03/2013 A 23/03/2013

A FB realizou pelo quarto ano consecutivo, a Semana do Idoso, de 18 a 22 de Março de 2013. As atividades desenvolvidas são direcionadas a todos os pessoas/entidades que se interessam pela pessoa idosa (idosos, familiares, colaboradores e entidades/ instituições parceiras) e a comunidade em geral.

O objetivo principal desta ação foi proporcionar à população sénior momentos recreativos, culturais e religiosos, numa lógica de abertura de portas da Instituição ao exterior. Nesse sentido, o aspeto relacional foi privilegiado de modo a fomentar uma vida mais ativa e criativa, combatendo, paralelamente, o isolamento e promovendo a inclusão social da Pessoa Idosa.

A iniciativa engloba uma pluralidade de atividades destacando-se, entre outras: ExpoSÉNIOR; Inauguração de uma Loja Solidária, Visita às novas Instituições, Palestra “Redescobrir a Importância da Pessoa Idosa na Família”, actuação do Grupo Coral Brigantino Infantil, Jogos Tradicionais, Torneio de Sueca, Torneio de Dominó, Espaço Net, Espaço “A Poesia e o Chocolate”, plantação de árvores no jardim, aula de Ginástica Sénior, Espaço “Vamos ao Cinema”, Jogos de Estimulação Cognitiva, Rastreios Auditivos, apresentação do projecto “Sala de Estimulação Sensorial para Pessoas com Demência”, Espaço Saúde (consulta médica, rastreio da diabetes, TA, Colesterol, Aconselhamento Nutricional), e atuação do Grupo Folclórico de Mãe D’água-Bragança.

A FB sabedora da importância da religião para os idosos, principalmente nesta época – Quaresma, organizou para o dia 18 de Março /13 a celebração do Sacramento da Reconciliação e uma Via-sacra, no dia 19 de Março/13 o “Dia do Patrono da Instituição” – São José, marcado pela celebração eucarística, e para o dia 23 de Março/13 uma celebração Eucarística. Bênção das Famílias.

Este evento procura afirmar a co-responsabilidade sistémica entre os vários atores envolvidos que se devem unir e empenhar na construção de sociedades mais justas e equitativas que valorizem a Pessoa Idosa perante si própria e a comunidade.

Ao longo da Semana passaram várias Instituições (IPSS), Entidades, como por exemplo o IPDJ e CMB e várias pessoas do meio envolvente.

Foram criadas várias parcerias para dar resposta às dinâmicas planeadas.



Abril

VISITA PASCAL 02/04/2013

A FB celebrou no dia 2 de Abril todos a Visita Pascal.

A visita pascal iniciou no terceiro piso terminando a visita no rés-do-chão, sempre num ambiente calmo e de harmonia. Os utentes aguardavam quartos a chegada da Cruz que foi recebida com grande emoção por todos. Alguns dos utentes estavam acompanhados dos seus familiares.

Este momento é um dos momentos mais bonitos do ano, é vivido com o verdadeiro espírito cristão.



CONFECÇÃO DO FOLAR 03/04/2013

No dia 3 de Abril de 2013, pelas 10h30m, no refeitório novo foi confeccionado o tradicional foliar de Páscoa.

O foliar foi feito à maneira antiga e tradicional, desde a técnica de amassar, ao corte das carnes ao fermento caseiro. Untaram-se os latos e levaram-se os folares ao forno. No final o foliar foi servido para todos os clientes da Instituição. Durante a confecção todos partilharam a sua opinião acerca da confecção do foliar, todas as participantes tinham diferentes formas de confeccionar o foliar pois são oriundas de diferentes zonas e cada uma tem sua tradição e costume.

Foi muito interessante para relembrar a preparação do foliar e para promover o convívio social entre os utentes e as técnicas. Por outro lado, esta actividade foi aliciante, para manter a tradição da Páscoa na Fundação Betânia.

IDA AO TEATRO VER A OBRA: " GIL VICENTE NA HORTA".

03/04/2013

No dia 3 de Abril de 2013, alguns idosos da FB, deslocaram-se ao teatro municipal de Bragança, para assistir à peça de teatro: " Gil Vicente na horta".

Esta peça de teatro apresentava uma ação contínua e encadeada com uma personagem marcada pelo conflito entre a razão e o sentimento amoroso: " Que morrer é acabar e o amor não tem saída". A partir de sonho-pesadelo do Velho, evocaram-se algumas das mais importantes obras de Gil Vicente.



AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO NO ÂMBITO DAS COMEMORAÇÕES DO "DIA MUNDIAL DA SAÚDE DE 2013"

05/04/2013



Os Estagiários do 2º ano da licenciatura em Gerontologia da Escola Superior de Saúde, do Instituto Politécnico de Bragança, organizaram, no dia 5 de Abril de 2013, no âmbito das Comemorações do "Dia Mundial da Saúde", uma palestra denominada "Como prevenir a Hipertensão Arterial!" no Lar de idosos da FB, em Bragança.

Após a palestra foi realizada uma sessão prática onde foi avaliada a tensão arterial a todos os idosos, que ainda receberam um certificado de participação e um folheto informativo sobre a Hipertensão Arterial.

ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O "DIA MUNDIAL DA ACTIVIDADE FÍSICA"

05/04/2013

No dia 5 de Abril de 2013, decorreu uma Ação de Sensibilização sobre o dia Mundial da Atividade Física. O objetivo desta Ação foi dar a conhecer aos utentes os benefícios da atividade física na terceira idade.

No final, os utentes semiautónomos participaram na aula de ginástica, enquanto outros se deslocaram a uma caminhada ao exterior.



ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO PREVENÇÃO DE ROUBOS

19/04/2013



No dia 19 de Abril de 2013, deslocaram-se ao Lar de idosos da FB, em Bragança, uma delegação de Agentes da Policia de Segurança Pública de Bragança e um grupo de Estagiários da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Bragança para apresentarem aos Idosos da Instituição uma Ação de Sensibilização cujo objetivo foi alertar esta população para as alterações nas novas notas de cinco euros que entram em circulação no dia 2 de Maio de 2013.

Os responsáveis por esta Ação, chamaram a atenção para o facto de, as notas de 5 euros, antigas e novas, continuarem em circulação em simultâneo, e informaram acerca dos elementos de segurança novos e melhorados que evitam a contrafação e da não recolha das notas antigas,

evitando desta forma possíveis burlas.

Relataram, ainda, acontecimentos de assalto a pessoas idosas que se têm verificado nas aldeias próximo de Bragança, referindo medidas de precaução que todas as pessoas e, em especial, os idosos deverão pôr em prática para prevenir tais situações.

No final, distribuíram pelos presentes um folheto que resume todas as informações fornecidas durante a Ação de Sensibilização.

Abril

PASSEIO AO COLÉGIO "SAGRADO CORAÇÃO DE JESUS"

24/04/2013

No dia 24 de Abril de 2013, foi realizado um passeio ao Colégio Sagrado Coração de Jesus, onde os idosos foram visitar uma exposição de trabalhos manuais intitulada "Símbolos Pascais" elaborada pelos alunos do colégio. Para além desta exposição os idosos foram visitar a igreja do colégio onde tiveram oportunidade de ficar em silêncio e oração.

Em seguida, foram passear de carrinha pela cidade, observando vários pontos de interesse. O passeio terminou com um lanche no Parque de Merendas do castelo.

DIA DA SOLIDARIEDADE ENTRE GERAÇÕES

29/04/2013

No dia 29 de Abril de 2013, a Associação Entre Famílias, no âmbito do Projeto Laços e Abraços, quis assinar o Dia da Solidariedade Entre Gerações na Escola Emídio Garcia. Esta atividade reuniu várias Instituições de Solidariedade do Distrito de Bragança na tentativa de aproximar as diversas realidades institucionais e promover o convívio entre elas. Do programa constava uma tarde recreativa dinamizada pelos clientes e funcionários das instituições presentes. A FB apresentou um texto que retrata o dia-a-dia da Instituição, seguido de uma canção tradicional.



No final da tarde recreativa, de maneira a simbolizar a solidariedade entre as diversas gerações presentes, foi feito um laço humano.

A atividade terminou com um lanche partilhado entre todos.

DIA MUNDIAL DA DANÇA

30/04/2013



No âmbito do Dia Mundial da Dança, comemorado a 30 de Abril, no Salão Polivalente, as estagiárias de Gerontologia realizaram um pequeno baile.

Com música popular e de Rumba Quadrada, os utentes participantes, rapidamente se envolveram no ritmo festivo. Muitos sorrisos e gargalhadas foram, espontaneamente, expressas durante o baile.

As estagiárias presentes, tiveram o cuidado de conseguir integrar no baile, os utentes dependentes de cadeira de rodas, demonstrando que a dança pode ser desfrutada independentemente de qualquer tipo de barreira que os utentes possam ter sentido ao início.

Pensamos ter sido uma ótima atividade de integração e convívio, bem acolhida pelos utentes e repleta de bom humor e energia.

ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O 25 DE ABRIL

25/04/2013

No dia 25 de Abril de 2013, as estagiárias de Gerontologia, realizaram uma Ação de Sensibilização sobre o 25 de Abril.

Esta Ação teve como objetivos lembrar e reviver esta data, proporcionando aos utentes um momento para partilharem as suas vivências e recordações e estimulando a memória a longo prazo. À medida que iam dissertando acerca do assunto, ia passando como música de fundo a "Grândola Vila Morena". Durante a apresentação foram lançadas algumas perguntas, para que os utentes partilhassem entre todos as suas vivências, as suas lembranças e a sua opinião sobre este processo de mudança.

Todos os utentes mostraram grande entusiasmo e participação, havendo opiniões, ideias e recordações diferentes acerca do que se tinha passado na noite de 25 de Abril.

No final da apresentação, foram distribuídos cravos pelos utentes, que foram elaborados na Oficina de Trabalhos Manuais. Cada cravo tinha uma mensagem alusiva ao dia.

Maior

PASSEIO À FEIRA DAS CANTARINHAS 02/05/2013

No dia 2 de Maio de 2013, foi realizado um passeio à Feira das Cantarinhas, localizada na zona envolvente do Mercado Municipal.

Os idosos foram visitar o comércio ao ar livre, na qual alguns deles adquiriram alguns objetos, atividade muito importante para manter a autonomia, através do manuseamento do seu próprio dinheiro e da decisão das suas próprias escolhas.

Foi ainda muito gratificante para os idosos, não só pela visita em si, mas também porque reencontraram amigos e familiares que já não viam há muito tempo.



LEITURA DA CARTA DE D. JOSÉ CORDEIRO - 02/05/2013

No dia 2 de Maio, foi feita a leitura de uma carta enviada pelo Bispo da Diocese de Bragança-Miranda, D. José Cordeiro, dirigida a todos os Idosos da Diocese, no âmbito do Ano da Fé.

Após a leitura da carta, foi pedido a todos os idosos que escrevessem uma pequena mensagem ao D. José como resposta à Carta.



LEITURA E DRAMATIZAÇÃO DA POESIA "O MENINO DO CONTRA" 02/05/2013

No dia 2 de Maio de 2013, um grupo de duas Professoras e seis Alunos da Escola EB 2,3 Paulo Quintela de Bragança, dinamizaram uma sessão de leitura e dramatização dirigida aos Idosos da FB. Inicialmente, os alunos com o apoio das Professoras dramatizaram o poema "O Menino do Contra" da Escritora Luísa Ducla Soares, de seguida pediram a colaboração dos Utentes do Lar para uma nova dramatização.

Posteriormente foram lidos por vários utentes, alguns dos poemas da mesma autora. Os idosos demonstraram interesse em participar na atividade.

As Professoras e os Alunos deixaram na Instituição livros para que os Idosos, se assim o desejarem, poderem requisitar, durante uma semana.



PARTICIPAÇÃO NO PROGRAMA SOMOS PORTUGAL DA TVI

05/05/2013

No dia 5 de Maio pelas 14 horas, um grupo de idosos deslocou-se à Praça Camões para assistir ao programa de entretenimento da TVI, "Somos Portugal- Feira das Cantarinhas". Lá tiveram oportunidade de ver figuras públicas da televisão, escutar e dançar ao som dos diferentes grupos musicais que forma passando. Na Praça da Sé decorria a Feira do Artesanato a qual também tiveram oportunidade de visitar. Pelas 16:30 horas deslocaram-se ao Parque de Merendas do Santuário São Bartolomeu para lanchar.



FEIRA DO EMPREGO

10/05/2013

No âmbito da Feira do Emprego, realizada na Praça da Sé em Bragança, a FB organizou dia 10 de Maio uma saída em grupo para os utentes.

Os utentes mostraram-se interessados pelo conteúdo da feira, principalmente pela tenda da FB, na qual estavam expostos diversos trabalhos realizados pelos mesmos durante a Oficina de Trabalhos Manuais.

Esta atividade visa promover também a reintegração na sociedade, visto os utentes terem a possibilidade de interagir com um grupo de pessoas fora da Instituição. Foi uma ótima atividade a nível social.



DIA DA FAMÍLIA NA FUNDAÇÃO BETÂNIA

15/05/2013



No dia 15 de Maio foi celebrado o Dia Internacional da Família. Como não podia deixar de ser também a Família Betânia quis celebrar este dia de uma forma diferente em união com todos aqueles que dela fazem parte.

Para celebrar este dia, a FB convidou os familiares dos seus residentes a participar neste momento de partilha. Ao início da tarde foi celebrada a Eucaristia onde muito se falou da Família e do verdadeiro significado desta e daqueles que a constituem, seguindo-se de um breve momento de reflexão através da leitura de um texto sobre aquela que é a Família Betânia.

No final deste momento a Instituição quis deixar uma lembrança a cada um dos familiares presentes de forma a recordar este dia: uma moldura com a fotografia do respetivo familiar que integra a Instituição.

Esta tarde de partilha terminou com um momento de animação musical proporcionado pelo Professor Luciano e no qual também colaboraram alguns idosos. Foi um momento de verdadeira alegria onde se cantou,

dançou e conviveu, seguindo-se o lanche para todos.

Embora tenha sido pré-estabelecida uma data para a celebração deste dia, o dia da Família é todos os dias pois a família é amor, é partilha, é companheirismo e em cada dia esta pode e deve ser celebrado por cada um.

FASCÍNIO DAS PLANTAS

16/05/2013

No passado dia 16 de Maio celebrou-se o Dia do Fascínio pelas plantas. A comemoração deste foi promovida pelos alunos do Instituto Politécnico de Bragança.

Um grupo de idosos da FB participou nesta comemoração através de um passeio à Praça da Sé, em Bragança onde se encontrava uma exposição de diversas plantas que eram entregues de forma gratuita aos diversos visitantes.

Ao longo deste passeio foram observadas as plantas, e assistiu-se também a uma atuação da Tuna. Também alguns dos idosos da FB tiveram direito a plantas tais como tremoço e manjeriço que depois foram plantadas na instituição.

Foi um momento de convívio e partilha entre todos os participantes.



DIA DOS MUSEUS

18/05/2013

No dia 18 comemora-se em Portugal o Dia dos Museus. Um grupo de idosos deslocou-se ao Museu Abade Baçal para fazer uma visita e assistir a um concerto de gaita-de-foles e ainda participar num workshop de Danças Tradicionais.

Foi um momento cultural de conhecimento e reencontro com algumas pessoas.



AÇÃO DE FORMAÇÃO PERTURBAÇÃO DO SONO NO IDOSO- INSÓNIA

17/05/2013

No dia 17 de Maio de 2013, decorreu, na FB, uma Ação de Formação subordinada ao tema “Perturbações do Sono no Idoso” e teve como principal objetivo dar a conhecer, aos Utentes e Colaboradores presentes, as diferentes perturbações do sono, colocando o foco na Insónia, a perturbação do sono mais prevalente entre os idosos.

Mencionaram-se, ainda, a classificação de Insónia, as suas causas e consequências, o seu diagnóstico e por fim o seu tratamento, farmacológico e não farmacológico.

No final da apresentação alguns Utentes relataram as suas experiências pessoais quanto à qualidade do sono.



VISITA AO LABORATÓRIO ALIMENTAR

20/05/2013

No dia 20 de Maio, um grupo de sete residentes da FB foi visitar o Laboratório de Controlo Alimentar que está responsável pelo controlo alimentar da Instituição. O objetivo foi dar a conhecer aos residentes os procedimentos feitos diariamente para assegurar a qualidade higio-sanitária dos alimentos. A engenheira responsável pelo laboratório fez uma visita guiada às instalações e explicou os processos utilizados.

Todos os residentes expressaram entusiasmo pelos conhecimentos adquiridos.



Maio

AÇÃO DE PREVENÇÃO “PRINCIPAIS CUIDADOS A TER NA SAÚDE”

21/05/2014

No dia 21 de Maio de 2013, no Salão Polivalente, decorreu uma ação de prevenção, dirigida pela Enfermeira do Centro de Saúde de Santa Maria.

Inicialmente falou-se da importância de vigiar a saúde, não só para saber se estamos doentes, mas também no sentido de prevenir doenças.

Foi também abordada a importância da atividade física e da alimentação saudável e algumas doenças tais como a Colesterol elevado, a Diabetes e o AVC.

Vários utentes participaram abertamente nesta ação de prevenção, referindo as suas experiências e opiniões acerca das diversas temáticas o que tornou esta ação de prevenção mais ativa e interessante.

DIA DA POESIA

22/05/2013

No dia 22 de Maio de 2013, a FB participou com um grupo de idosos no Dia da Poesia. A atividade teve como objetivo promover o gosto pela leitura junto dos mais novos. As escolas presentes apresentaram poemas, canções e representações com o tema “O Mar”.

Os idosos da FB prepararam uma poesia para ser lida neste dia.

ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013: ALFAIÃO

22/05/2013

No dia 22 de Maio de 2013, a FB participou com um grupo de idosos no Dia da Poesia. A atividade teve como objetivo promover o gosto pela leitura junto dos mais novos. As escolas presentes apresentaram poemas, canções e representações com o tema “O Mar”.

Os idosos da FB prepararam uma poesia para ser lida neste dia.

ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE “PNEUMONIA NOS IDOSOS”

23/05/2013

No dia 23 de Maio decorreu uma Ação de Sensibilização/formação intitulada “Pneumonia nos idosos”. Esta Ação foi organizada pelas estagiárias de Gerontologia, com o objetivo de alertar e sensibilizar todos os colaboradores para esta temática, uma vez que a pneumonia nos idosos não apresenta sinais e sintomas típicos, de outras faixas etárias. Por outro lado, é necessário alertar para a importância da prevenção desta patologia.

Foram destacados alguns tópicos importantes nesta patologia, bem como: o conceito de pneumonia, as suas causas, os sinais e sintomas, o diagnóstico, o tratamento, a prevenção e a intervenção.

Maior

FESTA DE DESPEDIDA DOS ESTAGIÁRIOS 24/05/2013

No dia 24 de Maio de 2013, no período da tarde, decorreu no Salão Polivalente a festa de despedida dos estagiários de Gerontologia e de Animação Social.

Numa festa cheia de música e cor idosos e estagiários dançaram e cantaram ao som da concertina tocada por um dos residentes.

Os estagiários de Gerontologia ofereceram à FB uma pequena lembrança: uma moldura, com uma fotografia de grupo com os estagiários de Gerontologia.

Ao longo de toda a festa, foi notória a satisfação e entusiasmos dos utentes pela festa. Depois deste momento de música, animação, divertimento e alegria, foi partilhado um bolo oferecido pelos grupos de estágio. Foi sem dúvida uma tarde muito bem passada, com muita diversão e um misto de emoções.

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO "DIA EUROPEU DOS VIZINHOS" 27/05/2013

No dia 27 de maio de 2013, decorreu na FB uma Ação de Sensibilização acerca do Dia Europeu dos Vizinhos. Em termos históricos, a ideia de criar o Dia dos Vizinhos nasceu na cidade de Paris, em 1990, quando Atanase Périfan e um grupo de amigos criaram a Associação "Amigos de Paris" (Paris d'amis) no 17º bairro da cidade francesa, com o objetivo de aproximar as pessoas.

Assim sendo, e dado que na FB os idosos vivem em comunidade, a comemoração pela primeira vez desta data na Instituição teve como objetivo sensibilizar para a importância de criarem redes de vizinhança institucionais saudáveis e positivas, de forma a fomentar uma melhor vida em conjunto e criar novos laços de solidariedade. A ação teve muita adesão por parte dos idosos.



DIA MUNDIAL DA CRIANÇA 31/05/2013

No dia 31 de Maio de 2013, pelas 14h00, um grupo de residentes da FB deslocou-se ao Santuário de Cabeça - Boa, para participar num convívio inter-geracional.

O intuito do encontro era comemorar o Dia da Criança, para além de, proporcionar momentos de interação, convívio e, partilha de conhecimentos entre as crianças e os idosos.

Durante o evento os idosos da Instituição tiveram a possibilidade de participar em conjunto com outros idosos e crianças de outras Instituições do Distrito de Bragança, em alguns jogos tradicionais que, se encontravam distribuídos pelo recinto do Santuário. Pelas 16h da tarde todos os participantes do convívio deslocaram-se para a Casa do Clero, onde decorreu um lanche partilhado.

PROJETO ANIMAR BRAGANÇA 30/05/2013

No dia 30 de maio de 2013, chegou ao fim um projeto desenvolvido em parceria com o Agrupamento de Escolas Emídio Garcia – E. B. 2,3 Paulo Quintela. Este Projeto visou desenvolver um conjunto de atividades de voluntariado junto de instituições da cidade de Bragança que acolhem crianças ou idosos, onde residem pessoas que, por algum motivo, se encontram afastadas das famílias, oferecendo momentos de animação, alegria, partilha e bem-estar.

O Projeto, para além de ter sido um estímulo ao exercício do voluntariado, foi também um estímulo ao desenvolvimento de uma consciência social, à criatividade e pro-atividade social, ao profissionalismo, ao rigor e ao envolvimento dos jovens na comunidade e interesse pelas causas sociais.

Assim sendo, no dia 30 de maio decorreu a última atividade no âmbito do projeto referido, na zona do Pólis – Bragança, através da realização de um peddy peiper para as crianças e para os idosos.

A atividade correu bem e terminou com a entrega dos certificados de participação às instituições participantes.



APRESENTAÇÃO DO LIVRO "ENVELHECER RENOVANDO" DE LURDES PIRES - 01/06/2013

No dia 1 de junho, pelas 16h00, um grupo de idosos da FB esteve presente no auditório Paulo Quintela para assistir à apresentação do Livro "Envelhecer Renovando" da autora natural de Vinhais, Lurdes Pires.

Para além da apresentação do livro referido, o evento também visou a comemoração do octogésimo sétimo aniversário da autora. De forma a presentear a autora pela amabilidade do convite que endereçou à Instituição, um dos idosos presentes leu o poema da autora "Lembrança Saudosa do Despertar na Aldeia" para a plateia. No final houve direito a um grande aplauso.



ENCONTRO INTERGERACIONAL - 04/06/2013

No dia 4 de junho, a FB recebeu a visita da Escola Básica dos Formarigos para um convívio intergeracional. As crianças, acompanhadas pelas professoras, apresentaram diversos momentos musicais e danças tradicionais, onde os idosos da FB participaram ativamente, cantando, dançando e tocando instrumentos.

No final do convívio, as crianças da Escola dos Formarigos ofereceram uma tela à FB e um postal a cada idoso. As crianças também foram presenteadas com doces e uma boneca artesanal elaborada pelos idosos.



MOMENTO DE DANÇA - 07/06/2013

No dia 7 de Junho de 2013, um grupo de oito alunos do curso de Animação Sociocultural da Escola Secundária Emídio Garcia organizou, na FB, uma atividade para os mais idosos. A atividade consistiu numa aula de dança.

Os alunos, associando à dança o exercício físico, proporcionaram momentos de descontração e de grande alegria. Os idosos dançaram e divertiram-se imenso com a atividade. No final, uma residente, presenteou o grupo de alunos com uma boneca confeccionada na Oficina de Trabalhos Manuais.



APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS DO PROJETO "ANIMAR BRAGANÇA" - 12/06/2013

No dia 12 de Junho um grupo de idosos deslocou-se ao Auditório da Escola Paulo Quintela, para assistir à apresentação dos resultados da aplicação do projeto "Animar Bragança". A FB participou na execução deste projeto que resultou num conjunto de atividades desenvolvidas em algumas IPSS'S de Bragança.

Após esta exposição deslocaram-se até à zona histórica de Bragança para uma visita e merenda convívio.



BRAGANÇA ATIVA - 19/06/2013

No dia 19 de Junho um grupo de idosos foi até ao Pavilhão Desportivo de Bragança para participar no programa Bragança Ativa 2013. Este programa tem como principal objetivo o envelhecimento ativo. A atividade consistiu na apresentação do livro "Benefícios da Hidroginástica" e numa aula de ginástica onde houve muita música e animação. A atividade terminou com uma aula de hidroginástica que foi muito participada.



IV ENCONTRO DE JOGOS TRADICIONAIS DA UDEP - 21/06/2013

No dia 21 de junho, pelas 10h00, um grupo de idosos da FB participou no "IV Encontro de Jogos Tradicionais da UDEP" (Unidade de Doentes de Evolução Prolongada, da unidade de Bragança da ULSNE).

Este encontro contou com a participação de algumas Instituições locais, proporcionando um convívio entre todos os participantes. Do programa da atividade faziam parte diversos jogos, como a corrida de sacos, jogo da cabra cega, jogo da tração, jogo da malha, jogo da peteca e jogos de mesa. Dos diferentes jogos, os preferidos dos nossos idosos foram a sueca, o jogo da malha e da peteca.



FESTA DE SÃO JOÃO DA JUNTA DA SÉ - 23/06/2013

No dia 23 a Junta de Freguesia da Sé organizou juntamente com algumas IPSS'S uma festa de S. João. Cada instituição ensaiou uma marcha popular para apresentar nesta festa. Todos os participantes iam vestidos a rigor e levavam os típicos arcos. As instituições participantes apresentaram uma marcha criativa com vestes muito coloridas para ainda dar mais vida às Marchas Populares.

Após o grande desfile de marchas, cada instituição levou para casa um manjerico como recordação deste dia. Para finalizar a festa foi oferecida uma sardinha ao ar livre para um jantar convívio. A atividade terminou com um baile de S. João ao som de música popular.



FESTA DE SÃO JOÃO - 24/06/2013

No dia 24 de Junho comemorou-se o São João na FB. Esta comemoração começou por uma Eucaristia em honra de S. João, seguido de um almoço tradicional com a típica sardinhada.

No final do almoço o grupo de residentes que durante semanas ensaiou uma apresentação de marchas para o S. João, fez a sua exibição no salão da Instituição. Este grupo foi tão alegre e divertido que todos os que assistiram dançaram, dando-se assim o início ao baile.

No final do baile fez-se um lanche convívio para finalizar o dia.



VISITA DO D. JOSÉ CORDEIRO - 26/06/2013

Como resposta à Carta dirigida por S. Exa. Rev. D. José Cordeiro, às pessoas idosas da Diocese de Bragança – Mirada, os residentes da FB, elaboraram uma carta constituída por diversas mensagens pessoais. No dia 26 de Junho, no período da tarde D. José Cordeiro dirigiu-se à FB para recebê-la e, mais uma vez, deixar uma mensagem de coragem e de esperança a todos os que aqui vivem e trabalham.

Após uma pequena sessão de boas vindas em que o Grupo Coral interpretou dois cânticos de mensagem cristã, um dos residentes da Instituição entregou a carta a D. José Cordeiro que deixou algumas palavras de agradecimento e estímulo. Esta ocasião serviu também para que D. José Cordeiro conhecesse as novas instalações da FB e convivesse com alguns dos residentes.

Todos os residentes e um grande número de colaboradores participaram deste momento e expressaram grande satisfação.





FEIRA SOCIAL 10/07/2013

Dia 10 de Julho, pelas 14 horas realizou-se a feira social do mês de Julho, na Loja Solidária e contou com alguns familiares dos residentes que vivem no estrangeiro. A feira decorreu como o previsto.



AÇÃO ONDAS DE CALOR 02/07/2013

No dia 2 de Julho, realizou-se uma Ação de Sensibilização acerca das Ondas de Calor. A Ação foi direcionada para os residentes e teve como objetivo alertar a População Idosa para os perigos inerentes ao aumento abrupto da temperatura média.

Nesse sentido, foram abordados alguns cuidados a ter na Instituição e, principalmente, nas saídas ao exterior.

PASSEIO À FEIRA MUNICIPAL 03/07/2013

Durante a manhã do dia 7 de Julho, um grupo de idosos, deslocou-se à Feira Municipal e ao Mercado Municipal para fazer compras. Mais um passeio para adquirirem artigos que necessitam e encontram também gente conhecida.



ENCONTRO DE GERAÇÕES 14/07/2013

No dia 14 de Julho de 2013, decorreu no Castelo de Bragança, o 11º Encontro de Idosos do Concelho de Bragança, organizado pela Câmara Municipal. À semelhança dos anos anteriores a FB participou neste encontro com um grupo de idosos.

O Encontro iniciou com a Eucaristia na Igreja de Santa Maria. Seguiu-se a partilha de farnéis. Durante a tarde houve animação musical mas, devido às condições climatéricas adversas, foi forçoso o regresso à Instituição antes do previsto. Apesar deste contratempo, os idosos expressaram agrado pela atividade.



PASSEIO À ALBUFEIRA DO AZIBO - 17/07/2013

No dia 17 de Julho pelas 14 horas, um grupo de idosos deslocou-se à Albufeira do Azibo. Antes da chegada ao puderam visitar o Museu Rural de Salselas em Salselas. Este espaço tem uma vasta coleção de objetos etnográficos preservando um património que corria o risco de desaparecer. É um museu que representa algo da cultura tradicional transmontana. Para os idosos que visitaram foi um momento muito especial porque puderam os tempos de juventude.

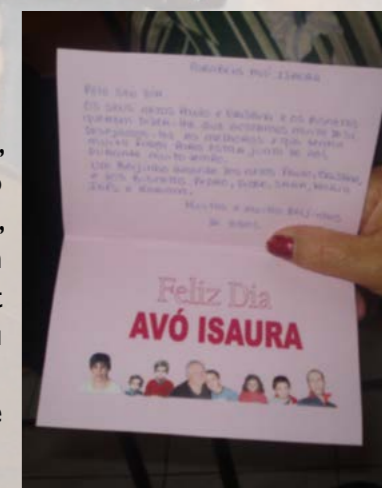


ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013: ALFAIÃO 25/07/2013

Dia 25 de Julho, durante a tarde um grupo de idosos, deslocou-se às aldeias vizinhas deslocaram-se para a aldeia de Alfaião, onde puderam disfrutar de um piquenique no Parque de Merendas da N.ª Sr.ª da Veiga.

DIA NACIONAL DOS AVÓS 26/07/2013

Dia 26 de Julho celebra-se o Dia Nacional dos Avós. Para assinalar esta data, a FB quis proporcionar aos residentes, um dia diferente. A comemoração principiou com uma celebração eucarística. Durante o período da tarde, abriu-se o "Correio dos Avós", criado particularmente para este dia, e foram entregues aos avós cartas e mensagens que também chegaram via internet enviadas por alguns netos e amigos que participaram nesta iniciativa. Aconteceu de seguida um momento musical com bombo e acordeão. O dia terminou com um lanche convívio para todos os residentes e netos que quiseram associar-se a esta iniciativa.



ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013: FRANÇA 30/07/2013

No dia 30 de julho, um grupo de idosos realizou uma visita ao Centro Hípico da aldeia de França. Nesse espaço, os idosos puderam apreciar alguns cavalos que se encontravam no exterior. Para alguns, foi o primeiro contacto que tiveram com este lugar. Posteriormente, os idosos foram lanchar a um Parque de Merendas muito agradável na aldeia de França. Após o lanhe, os idosos regressaram à Instituição. Na viagem de regresso, puderam apreciar o parque Natural de Montezinho, uma das maravilhas naturais de Trás-os-Montes.

AÇÃO DE FORMAÇÃO: "MUDANÇA DE FRALDAS-PROCEDIMENTOS ADEQUADOS"

01/08/2013

No dia 1 de agosto, um técnico especializado, realizou uma Ação de Informação direcionada para a Equipa Geral de Colaboradores, com o intuito de otimizar os níveis de performance ao nível da mudança de fraldas.

PASSEIO À ALBUFEIRA DO AZIBO

05/08/2013

No dia 5 de agosto, um grupo de idosos deslocou-se à albufeira do Azibo, em Macedo de Cavaleiros. Para além de uma paisagem deslumbrante, única no país, os idosos puderam sentir pela primeira vez a comodidade da nova autoestrada. Após visita às várias praias fluviais que agregam a albufeira, e perante um cenário tão convidativo, os idosos aproveitaram para lanchar num dos parques de merendas. Após o lanche, houve lugar, ainda, para uma visita à aldeia de St.^a Combinha.

AÇÃO DE INFORMAÇÃO "SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO"

06/08/2013

No dia 6 de Agosto de 2013, na FB, realizou-se uma Ação de informação acerca do Serviço de Alimentação da FB.

O objetivo desta atividade foi dar a conhecer aos clientes a dinâmica deste Serviço desde a receção da Matéria-prima até ao empratamento das refeições.

O participantes mostraram-se interessados e interventivos.

FEIRA SOCIAL - LOJA SOLIDÁRIA

12/08/2013

Dia 12 realizou-se mais uma feira Social na loja Solidária da FB, esta feira teve o intuito de dar a conhecer a loja solidária a familiares dos residentes que se encontram no estrangeiro bem como a aquisição de artigos pelos residentes e familiares.

PASSEIO À ALDEIA DE GIMONDE

14/08/2013

No dia 14 de Agosto de 2013 visitou a aldeia de Gimonde. O passeio começou no Castelo de Bragança onde iniciavam os preparativos para a Feira Medieval que iria decorrer nos dias seguintes.

De seguida partiram para a aldeia de Gimonde, na qual visitaram a Igreja e o interior da típica aldeia transmontana. Foram até ao rio onde há um Parque de Merendas no qual fizeram um piquenique com a bela paisagem desta aldeia.

VISITA À FESTA DA HISTÓRIA 2013

17/08/2013

Durante os dias 15 e 18 de agosto decorre a Festa da História no Castelo de Bragança. No dia 17 de Agosto de 2013, pelas 15 horas, fez-se uma visita à Festa da História, no recinto do Castelo. Realizou-se uma caminhada até ao interior das muralhas do castelo onde



decorria uma Feira Medieval. Todo o castelo estava decorado de acordo com a época, bem como tudo envolvente retratava a época medieval, desde cenas da história, música medieval, teatro de rua, aves de caça e cavalos, gente vestida a rigor entre outros elementos características desta época. Para finalizar a atividade desceram-se as muralhas do Castelo e fez-se um lanche convívio ao ar livre no parque de merendas do Castelo.

PASSEIO À ALDEIA DE GIMONDE

19/08/2013

No dia 19 realizou-se mais um passeio à aldeia de Gimonde, com um grupo de 7 residentes. A aldeia de Gimonde tem belas paisagens e um bom parque de merendas à beira rio, local ideal para mais um piquenique. Para começar o passeio deslocámo-nos ao Castelo de Bragança onde iniciavam os preparativos para a Feira Medieval que iria decorrer nos próximos dias. De seguida partimos para a aldeia de Gimonde, na qual visitamos a Igreja e o interior da típica aldeia transmontana. Fomos até ao rio onde há um parque de merendas e no qual fizemos um piquenique com a bela paisagem que tem esta aldeia e uma brisa fresquinha neste dia quente do mês de agosto.



FESTA EM HONRA DE S. BARTOLOMEU

24/08/2013

No dia 24 de Agosto de 2013, pelas 14 horas, um grupo de idosos da FB foi lanchar ao Santuário de S. Bartolomeu de Samil, no âmbito das festividades em honra a S. Bartolomeu. Antes do lanche houve uma visita ao recinto, com particular destaque à capela, onde os idosos aproveitaram para rezar. Posteriormente, e aproveitando a comodidade do parque local, os idosos ocuparam uma mesa e lancharam envolvidos por uma paisagem impar em bragança. Após o lanche, ainda houve lugar a uma visita à estátua de São Bento.

Os idosos gostaram muito do passeio, em particular do convívio que se proporcionou



PASSEIO À SR.^a DA HERA

26/08/2013

No dia 26 de Agosto pelas 14 horas, um grupo de idosos da FB foi passear pelas aldeias de Donai e Terroso com o destino ao Santuário da Sr.^a Hera em Cova de Lua. No santuário puderam disfrutar de um lanche convívio e de uma bela paisagem. No fim do passeio o regresso à Instituição foi feito pela aldeia de Carragosa e Vila Nova. Foi mais um passeio para conhecerem um bonito Santuário.



Agosto

PASSEIO À NOSSA SENHORA DA SERRA - 3/09/2013 E 4/09/2013

No dia 3 e 4 de Setembro, pelas 14 horas, dois grupos de idosos realizaram um passeio à Sr.ª da Serra, passeio este integrado na novena que se realiza anualmente neste santuário.



Durante esta pequena peregrinação, puderam rezar o terço e adquirir algumas recordações alusivas a este espaço.

O passeio terminou com um piquenique no Parque de Merendas.

ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013: GIMONDE - 13/09/2013

No dia 13 um grupo de residentes visitou a aldeia de Gimonde



O passeio iniciou com uma visita ao Castelo de Bragança e à Domus Municipallis. Na aldeia de Gimonde, puderam visitar a Igreja e o interior da particular aldeia transmontana.

O lanche aconteceu junto ao rio de Gimonde, que possui um grande Parque de Merendas e uma verdejante paisagem com uma brisa fresquinha vinda do rio.

É de salientar que durante este momento, os visitantes da FB foram acolhidos por alguns habitantes da aldeia, com os quais puderam conversar e conviver.

PASSEIO AO PARQUE BIOLÓGICO DE VINHAIS - 16/09/2013

No dia 16 de Setembro um grupo de idosos da FB, através do programa “Dar e Receber” da EAPN foi conhecer o Parque Biológico de Vinhais. Aquando da chegada a Vinhais dentro do autocarro onde se deslocaram várias instituições de Bragança, foi possível observar o interior da vila de Vinhais.



Chegados ao Parque Biológico foi feita uma breve explicação sobre este espaço.

De seguida começou a visita, onde foi possível observar diferentes espécies de animais (animais de caça, aves de rapina e animais domésticos) e toda a estrutura do Parque. No final da visita, em convívio com as crianças, jovens e idosos fez-se um lanche.

ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013: QUINTANILHA - 17/09/2013

No dia 17 de Setembro, um grupo de idosos visitou a aldeia raiana de Quintanilha. Para além da visita aos locais de interesse que a aldeia tem para oferecer aos seus visitantes, nomeadamente a Igreja matriz, fontes, forja comunitária, houve lugar para um lanche convívio no Parque de Merendas, junto ao rio maçãs.



Após o lanche, fez-se uma visita à refega, dado que um dos idosos presentes no passeio é natural de lá.

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO “DIA INTERNACIONAL DA PAZ” - 20/09/2013

No âmbito das comemorações do Dia Internacional da Paz (dia 20 de Setembro) realizou-se na FB uma Ação de Sensibilização acerca da Paz com o objetivo de alertar os presentes para a importância de manter a paz, não só a nível mundial mas também e sobretudo dentro dos ambientes em que cada um está inserido.



PASSEIO À FEIRA DE BRAGANÇA - 23/09/2013



No dia 23 de Setembro, pelas 10 horas, e como já tem vindo a ser habitual, realizou-se um passeio à feira Municipal de Bragança. Este tipo de iniciativa revela-se importante para a população sénior institucionalizada, visto que, fomenta o contacto e o convívio social dos idosos com a comunidade. Alguns idosos, adquiriram alguns produtos que tinham em falta e rever alguns amigos.

MARATONA DA CIÊNCIA - 25/09/2013

No dia 25 de Setembro um grupo de utentes participou na Maratona Da Ciência que decorreu na biblioteca Municipal de Bragança. Para além da FB outras instituições participaram nesta Maratona que consistiu num conjunto de atividades, nomeadamente, as “areias movediças” e como confeccionar pão e bolos no micro-ondas. Todos se mostraram interessados, expressando muito agrado pela atividade.

No regresso à FB, foi realizado um lanche no Parque de Merendas da Cabeça Boa.



COMEMORAÇÃO DO CENTÉSIMO ANIVERSÁRIO DA RESIDENTE DA D.ª JOAQUINA - 27/09/2013



O dia 27 de Setembro foi um dia muito especial para a FB dado que, uma das residentes, a D.ª Joaquina, celebrou 100 anos de idade.

Assim, e de forma a assinalar esta data, organizou-se uma homenagem à Residente, não só pelo seu centésimo aniversário, mas também por ser das residentes mais antigas da Instituição. Após a família e os residentes da FB cantarem os parabéns fez-se um pequeno lanche e repartiu-se o bolo de aniversário. Terminado o lanche, foram apresentadas fotografias da que retratavam o percurso da residente na Instituição. A FB ofereceu uma lembrança à Residente, fruto do trabalho nas Oficinas dos Trabalhos manuais. Para animar a festa, organizou-se um baile. Neste dia contamos com a presença da rádio e do jornal, que entrevistaram a aniversariante centenária.

ELEIÇÕES AUTÁRQUICAS 2013 - 29/09/2013

No dia 29 de Setembro, um grupo de idosos exerceu o direito e o dever de voto.

FÓRUM CIÊNCIA - 1/10/2013

De modo a assinalar o Dia Internacional da Pessoa Idosa, decorreu no dia 1 de Outubro de 2013, o II Fórum Ciência promovido pela FB, e pelos Centros Sociais e Paroquiais de Izeda e de Santo António de Coelhoso. O tema escolhido foi "A Demência na

Pessoa Idosa – da Teoria à Prática" e contou com a presença de vários especialistas nesta matéria. O Fórum decorreu no Auditório Paulo Quintela em Bragança, que teve lotação esgotada dado o interesse dos assuntos abordados.

Para além dos painéis, houve também uma pequena demonstração do Grupo Coral Sénior constituído por utentes das três Instituições envolvidas na Organização do Fórum.

O dia terminou com um lanche-convívio entre todas as instituições.

AÇÃO DE DEMONSTRAÇÃO DE INJEÇÃO SEM AGULHA - 04/10/2013

No dia 4 de Outubro 2013, pelas 16:00 horas, decorreu, no Salão Polivalente da FB, uma ação de demonstração do sistema injex injeção sem agulhas para administração de insulina. Esta ação teve como objetivo a demonstração do funcionamento deste novo sistema de administração a todos os colaboradores com vista a uma futura utilização na instituição.

ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013 MILHÃO E OUTEIRO - 04/10/2013



No dia 4 de Outubro de 2013, um grupo de idosos realizou um passeio à aldeia de Outeiro. Durante a viagem fez-se um breve passeio pela aldeia de Rio Frio. Depois seguiram para a aldeia de Outeiro. Para além

da visita a todo o interior da aldeia, onde puderam observar a Igreja Matriz de ou Igreja de Nossa Senhora da Assunção, o Cruzeiro, o Pelourinho e a Fortaleza deslocaram-se também, à Igreja do Santo Cristo, visitando o seu interior que apesar de se encontrar em processo de restauro ainda de se encontra muito bem conservada. Junto da Igreja do Santo Cristo, houve lugar a um lanche convívio no pequeno parque de lazer ali existente.

Após o lanche, houve lugar ainda a uma breve visita à aldeia de Milhão.

A viagem correu bem e os idosos manifestaram agrado pelos locais visitados, pois esta aldeia é rica em história e cultura tradicional.

AÇÃO DE INFORMAÇÃO ACERCA DA IMPLANTAÇÃO DA REPÚBLICA PORTUGUESA - 05/10/2013

No dia 5 de Outubro/13, pelas 16:00 horas, decorreu, no Salão Polivalente da FB, uma Ação de informação acerca do 5 de Outubro de 1910. Nesse seguimento, foi promovido, também, um pequeno debate de ideias entre os presentes, com o objetivo de discutir os prós e os contras da República face à Monarquia. Foram várias as intervenções que enriqueceram o debate. No final, e em jeito de comemoração da data, cantou-se o hino nacional, um dos símbolos de Portugal e da República.

AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O "DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL" 10-10-2013



No dia 10 de Outubro, pelas 10:00 horas, realizou-se uma Ação de Sensibilização acerca do "Dia Mundial da Saúde Mental". A ação teve como objetivo sensibilizar os presentes para as patologias do foro mental, de forma a informar e desmistificar alguns mitos, ainda enraizados da nossa sociedade e cultura. No final, os idosos foram organizados em pequenos grupos para a realização de algumas atividades e estimulação cognitiva e sensorial.

VISUALIZAÇÃO DO FILME "QUEM SE IMPORTA" DE MARA MOURÃO 11/10/2013 E 25/10/2013

Nos dias 11 e 25 de Outubro, pelas 16:00 horas, decorreram duas seções, direcionadas para a equipa de colaboradores, com o objetivo de visualizar o filme "Quem se Importa". Trata-se de uma longa-metragem, da autoria de Mara Mourão, em que relata as histórias de vida de 18 empreendedores sociais, com ideias inovadoras, inspirando um amplo debate sobre o potencial de cada um de nós, especialmente os jovens, para transformar realidades sociais,

ambientais, económicas e políticas, não só a nível local, como a nível global.

ROTEIRO PELAS ALDEIAS 2013 AVELEDA E BAÇAL - 15/10/2013

No dia 15 de Outubro de 2013, um grupo de idosos realizaram um passeio às aldeias de Aveleda Baçal, Sacoias e Varge. A primeira paragem, foi na aldeia de Sacoias, onde logo encontraram uma colaboradora da Instituição que os convidou para lanchar em sua casa. A segunda paragem foi na aldeia da



Avelada onde puderam ver a imagem característica desta aldeia o Burro, depois visitaram o rio e um moinho antigo e ainda observaram as tradicionais casas feitas de xisto. A terceira aldeia a ser visitada foi Baçal uma visita mais curta. Posteriormente fizeram uma pequena visita pela aldeia de Varge para alguns idosos conhecerem. Para finalizar o passeio deslocaram-se novamente à aldeia de Sacoias para ver a Igreja e lanchar em casa da colaboradora que muito bem os acolheu.

A viagem correu bem e os idosos gostaram imenso dos locais visitados.

DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO - 16/10/2013

No dia 16 de Outubro foi comemorado na FB o Dia Mundial da Alimentação. A atividade teve início às 16:00h no Salão Polivalente da Instituição e o tema escolhido para este ano foi: "Sistemas Alimentares Sustentáveis para Segurança Alimentar e Nutrição". Tendo como pano de fundo este tema, foi abordada a questão da fome no mundo e dos desequilíbrios alimentares dos tempos modernos.

A atividade foi dividida em dois momentos: num primeiro momento foi feita uma apresentação em PowerPoint e num segundo momento foi visualizado um filme que mostrava testemunhos reais de pessoas que sofrem de fome em todo o mundo.

No final foi distribuída uma fatia de bolo confeccionado no dia anterior na Oficina de Culinária. Todos os presentes se mostraram muito interessados pelo tema.

FLASH MOB CONTRA A POBREZA E EXCLUSÃO E PELA DEFESA DA CIDADANIA - 17/10/2013

No dia 17 de Outubro, o Núcleo de Bragança da



Rede Europeia Anti Pobreza, realizou um Flash Mob contra a Pobreza e Exclusão e pela defesa da Cidadania. Esta atividade decorreu na Praça Cavaleiro Ferreira, pelas 14:30 horas e muitas Instituições aderiram. Cada instituição levou cartazes,

balões, placas com mensagens que alertavam para esta problemática. Inicialmente fez-se uma coreografia e posteriormente um momento de silêncio exibindo todas as mensagens.

O objetivo da atividade foi mostrar a revolta e indignação, com o que se está a passar na nossa sociedade alertando para a Pobreza e Exclusão.

EXPOSIÇÃO "CIDADÃOS COM IMPACTO" - 21/10/2013 A 4/11/2013

Entre os dias 21 de Outubro e 4 de Novembro decorreu nas novas Instalações da FB a exposição "Cidadãos com Impacto". Esta atividade foi organizada pela Santa Casa de Misericórdia de Bragança.



Foram elaboradas por várias Instituições figuras humanas, representativas dos direitos humanos, baseadas no Tratado de Maastricht.

CONCERTO DE OUTONO - 27/10/2013

No dia 27 de Outubro de 2013, pelas 14:30 horas, um grupo de idosos deslocou-se ao museu Abade de Baçal para assistir ao Concerto de Outono que contou com as atuações do Coral Brigantino Infantil, Coral des Polysons – França e Coral Brigantino Infante-juvenil.

O Concerto de Outono foi organizado pela Associação Coral Brigantino, com o apoio da Câmara Municipal de Bragança e da União de Freguesias da Sé, Santa Maria e Meixedo.

VISITA À 12ª DE FEIRA DA NORÇAÇA- NORPESCA E NORCASTANHA - 02/11/2013

No dia 2 de Novembro um grupo de residentes deslocou-se à 12ª feira da Norçaça, Norpesca e Norcastanha. Esta feira apresenta vários produtos tradicionais que o grupo teve a oportunidade de ver ou adquirir. Assistiu-se a uma demonstração de pesca e também a uma demonstração de aves de rapina. Todo o ambiente estava animado com os gaiteiros transmontanos.



ACÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE "HIDROGINÁSTICA" - 04/11/2013

No dia 5 de Outubro de 2013, um grupo de idosos visitou as aldeias de Castro de Avelãs, Gostei e Nogueira. Durante a viagem fez-se um breve passeio pelo lugar de Castro de Avelãs onde visitaram o seu Mosteiro. Depois seguiram para a aldeia de Gostei onde visitaram este lugar, e ainda se deslocaram à aldeia de Nogueira. No final houve lugar para um passeio à barragem e a um lanche convívio no Santuário Nª Senhora da Cabeça.



ROTEIRO PELAS ALDEIAS: CASTRO DE AVELÃS, GOSTEI E NOGUEIRA - 05/11/2013



No dia 5 de Outubro de 2013, um grupo de idosos realizaram um passeio às aldeias de Castro de Avelãs, Gostei e Nogueira.

Durante a viagem fez-se um breve passeio pelo lugar de Castro de Avelãs onde visitaram o seu Mosteiro. Depois seguiram para a aldeia de Gostei onde visitaram este lugar, e ainda se deslocaram à aldeia de Nogueira. No final houve lugar para um passeio à barragem e a um lanche convívio no Santuário Nª Senhora da Cabeça.

APRESENTAÇÃO DO GAAS - 06/11/2013

No dia 6 de novembro de 2013, foi apresentado aos residentes o Gabinete de Atendimento e Acompanhamento Social (GAAS).



O GAAS assume-se como um espaço, no qual, o Cliente e/ou a Família, através de atendimento personalizado, poderá expor as suas dúvidas/problemáticas de carácter social, económico, familiar, cultural e ambiental, para que lhe seja dada uma resposta adequada, tendo como missão contribuir para a elevação da qualidade e humanização na persecução dos diferentes serviços, procurando responder cabalmente às necessidades e interesses biopsicossociais da Pessoa Idosa e da sua Família.

SÃO MARTINHO - MAGUSTO - 11/11/2013

No dia 11 de novembro, a FB festou o dia de São Martinho.



Por volta das 14 horas, deu-se início à 5.ª edição do Concurso Miss e Mister Sénior Betânia, no qual participaram alguns residentes que desfilaram uma passerelle montada especialmente para este momento. As crianças do Jardim de Infância da Obra Kolping juntaram-se à festa, enriquecendo, ainda mais, o evento. No final do desfile, foram eleitos a Miss e o Mister Betânia 2013. Para terminar a festa em grande, fez-se um lanche convívio seguido de um baile para que todos pudessem dar um "pezinho" de dança.

Nesta tarde, para além das crianças da Obra Kolping, estiveram presentes alguns Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário, bem como alguns familiares, proporcionando uma tarde cheia de moda e muita animação.

FEIRA SOCIAL - LOJA SOLIDÁRIA - 13/11/2013

Dia 13 de Novembro realizou-se mais uma feira Social na loja Solidária da FB, esta feira teve o objetivo de aquisição de artigos pelos residentes e familiares.

DIA DA DIABETES MELLITUS - 14/11/2013

A Diabetes Mellitus é uma doença que afeta cada vez mais pessoas em todo o mundo. A população idosa é especialmente vulnerável a esta doença e por essa razão, faz todo o sentido informar sobre ela. No dia 14 de Novembro, foi feita pela nutricionista uma Ação sobre esta patologia. O objetivo foi informar e prevenir comportamentos de risco relacionados com estilos de vida menos saudáveis e que promovem e agravam a doença. Os clientes mostraram-se entusiasmados e participativos dado ser um assunto do seu interesse.

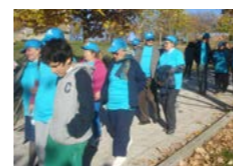


AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO- " DIA INTERNACIONAL DA TOLERÂNCIA" - 18/11/2013



No dia 18 de Novembro foi realizada uma ação de sensibilização acerca da Tolerância. Após a apresentação, foi promovido um debate sobre o tema proposto. Foram várias as intervenções que enriqueceram o debate.

CAMINHADA SÉNIOR - 20/11/2013



No dia 20 de Novembro, um grupo de idosos participou numa caminhada sénior que teve início nas piscinas municipais e terminou no eixo atlântico. Após a caminhada foi realizado um lanche convívio.

HARLEM SHAKE SOLIDÁRIO - 25/11/2013



No dia 25 de Novembro a Santa Casa da Misericórdia de Bragança promoveu, na Praça da Sé em Bragança, um Harlem Shake Solidário com o objetivo de sensibilizar a população para a violência contra as Mulheres. Inicialmente abordou-se este e de seguida aconteceu o Harlem Shake. A atividade terminou com uma largada de balões brancos.

VISITA AO NOVO EDIFÍCIO DA CMB E BOAS VINDAS AO EXECUTIVO DA CMB



No dia 26 um grupo de residentes da FB deslocou-se à Câmara Municipal de Bragança para conhecer as novas instalações e para dar as boas vindas ao novo Executivo da CMB. O Sr. Presidente dispensou-nos toda a sua atenção para fazer uma visita guiada às novas Instalações. Os residentes ficaram muito satisfeitos pela agradável receção e por ter sido possível conhecerem toda a nova e moderna infraestrutura da autarquia.

IDA AO TEATRO: "ELES TAPAM A CARA COM MÁSCARAS DE LATA E MADEIRA"

04/12/2013

No dia 4 um grupo de residentes deslocou-se ao Teatro Municipal para assistir uma peça de Teatro intitulada "Eles tapam a cara com máscaras de lata e madeira". Esta peça de teatro estava inserida na Mascarte/VI Bienal da Máscara que valoriza as tradições do concelho.

No exterior do Teatro observaram as máscaras em tamanho gigante os chamados Mascaretos e no interior do teatro visitaram uma Exposição de Máscaras Artesanais. A peça de teatro teve início às 15 horas e retratou uma tradição peculiar da região de Bragança, as Festas dos Caretos, tradição de algumas aldeias da região.

EXPOSIÇÃO DE NATAL NO BRAGANÇA SHOPPING - 05/12/2013 E 08/12/2013

Entre o dia 5 e o dia 8 de Dezembro decorreu, no Bragança Shopping, uma Exposição de Natal, promovida pela Oficina de Trabalhos Manuais da FB.

A exposição teve como objetivos dar a conhecer os trabalhos que os residentes desenvolvem na Instituição ao longo do ano, bem como, a angariação de donativos para a aquisição de ajudas técnicas para os idosos mais carenciados.

A exposição teve muitos visitantes e portanto, é uma atividade a repetir no futuro.

EXPOSIÇÃO DE NATAL" NA FUNDAÇÃO BETÂNIA - 09/12/2013

Iniciou no dia 9 na FB a Exposição de Natal na FB.

Os artigos de natal expostos foram elaborados pelos residentes da Fundação na Oficina de Trabalhos Manuais da instituição.

Assim o grupo que habitualmente participa nesta Oficina, teve a oportunidade de ver exposto o seu trabalho e dedicação ao longo do ano.



FESTA DE NATAL NA FUNDAÇÃO BETÂNIA

No dia 18 de Dezembro de 2013, a FB celebrou uma vez mais, o Natal do Senhor numa tarde cheia de Fé, Alegria e Partilha.

A festa iniciou com uma Celebração Eucarística presidida por Sua Ex. Cia Rev. D. José Cordeiro que deixou uma mensagem de esperança e de coragem para todos os que aqui vivem e trabalham. Esta celebração foi animada com cânticos por um grupo de Clientes, Funcionários e amigos da FB, que durante alguns dias se prepararam para este momento.

Após a Eucaristia, foram apresentadas imagens das atividades que decorreram em 2013. Seguiu-se a apresentação da peça de Mensagem "Os Barcos". Esta peça de mensagem teve como pano de fundo o Ano Vocacional que vivemos atualmente e quis transmitir que, por maiores que sejam as tempestades da nossa vida, Jesus Cristo será sempre a resposta, será sempre a Luz verdadeira que ilumina a escuridão do "mar da vida". Nesta peça teatral, participaram não só clientes da Instituição, mas também colaboradores, familiares e amigos, o que tornou a representação num momento de partilha e de fraternidade.

A festa terminou com um lanche convívio no Refeitório do Edifício II da Instituição, oferecido pela Fundação EDP e pela FB, no qual decorreu também a oferta de uma pequena lembrança, alusiva à quadra Natalícia, a todos os idosos.

A grande mensagem que ficou deste dia é que, o Natal acontece sempre que há a vontade de partilhar com os outros o que de melhor existe dentro de nós.

Fica o desejo de continuar a celebrar o Natal desta forma tão alegre e fraterna e a certeza de que, Jesus Cristo será sempre a Luz que apaga qualquer escuridão.



“O nosso pessoal caloroso, atento a cada um dos seus desejos, saberá preservar o seu ritmo quotidiano.”



Fundação Betânia
Centro Apostólico de Acolhimento e Formação





Fundação Betânia

Centro Apostólico de Acolhimento e Formação



Igreja da Sagrada Família localizada no interior da Fundação Betânia



Cabeça Boa
5300-852 Bragança



+351 273 313 725



geral@fundacaobetania.pt



www.fundacaobetania.pt