



Fundação Betânia

Centro Apostólico de Acolhimento e Formação



Boletim Institucional

Edição 2014



Fundação **Betânia**

Propriedade

Fundação Betânia

Centro Apostólico de
Acolhimento e Formação

Periodicidade

Anual

Redação

Fundação Betânia

Design

Multimobile®

Colaboraram nesta Edição

Diretora de Serviços

Paula Pimentel

Assistente Social

Bruno Santos

Nutricionista

Fabiola Mourinho

Fisioterapeuta

Gonçalo Guerreiro

Prof. Ed. Física e Anim. Social

Joana Oliveira



Aqui Betânia

Betânia, conforme a Bíblia Sagrada era um lugar especial para Jesus.

Esta predileção não se ligava somente à beleza ou localização privilegiada do lugar, mas acima de tudo às pessoas que ali habitavam.

Ali Jesus era amado, honrado e atraído pelas atitudes das pessoas que o faziam sentir num ambiente acolhedor e confortável.

Hoje, Betânia em Bragança, cidade nordestina é também um lugar de características semelhantes, onde são acolhidos todos os que por circunstâncias naturais do passar dos anos, já não podem estar sós. Aqui, tudo parece estar numa sintonia perfeita entre o acolhimento humano e a natureza que o envolve.

Surge a aurora e surge Betânia para a acolher; surge o sol e lá está Betânia altaneira e recetiva às carícias da estrela mãe. Esta sintonia é perfeita cá fora, num ambiente acolhedor para ser disfrutado pelos utentes e por todos os que de boa vontade a queiram visitar.

Mas, se o espaço envolvente o convida à tranquilidade e ao repouso, interiormente vai encontrar uma atmosfera não menos próxima, partilhada por aqueles que sabem acolher e doar-se a quem precisa, com um sorriso amigo, uma mão de apoio e um coração solidário.

- O que nos atrai a Betânia?

Certamente não só a sua aparência, os lugares de lazer ou as hortinhas biológicas mas, sobretudo, o calor humano de uma comunidade que dialoga, aconchega e sorri. São os sinais do Amor.

“Amai-vos uns aos outros como Eu vós ameí” (Jo:13,34).

Venha! Visite Betânia e não se sentirá um “estrangeiro”



Dia 6 - Festa de Reis

No dia 6 de Janeiro a União das Freguesias da Sé Santa Maria e Meixedo promoveu uma festa de Reis para as IPSS'S.

Cada Instituição deixou uma mensagem alusiva à quadra natalícia, através da representação ou da música. A festa terminou com um lanche convívio.

Dia 13 - Mostra Cultural Solidária Projeto "Dar e Receber"

No âmbito do Projecto "dar e Receber", foi promovida no dia 13 de Janeiro de 2014 no Auditório Paulo Quintela, uma Mostra Cultural, na qual participaram várias instituições, nomeadamente a Fundação Betânia, o Centro Social e Paroquial de Santo Condestável a ASCUT entre outras. Este momento consistiu numa mostra das atividades preparadas pelas diferentes instituições para a celebração do Natal.

O grupo de clientes da Fundação Betânia representou uma peça de mensagem intitulada "os barcos" que deixou a todos os presentes uma mensagem de esperança.

Entre canções, danças e representações teatrais, a tarde passou-se em ambiente de partilha e convívio. No final houve partilha de um lanche entre todos.



Dia 17- Ação de Sensibilização “Cuidados a ter com o Frio”

No dia 17 de Janeiro, pelas 16:00 horas, decorreu, no Salão Polivalente da Fundação Betânia, uma ação de sensibilização sobre os cuidados a ter com o frio. Esta ação teve como objetivos principais sensibilizar para os cuidados a ter nos meses mais frios e lembrar os perigos associados a algumas formas usadas para combater as baixas temperaturas (utilização de bra-seiras, por exemplo).

Dia 18 - “Prática do Exercício Físico na 3ª Idade”

No dia 18 de Janeiro o Centro Social e Paroquial de São Pedro de Sarracenos, convidou a Fundação Betânia para assistir a uma Ação de Sensibilização sobre “a prática do Exercício Físico na Terceira Idade”. Um grupo de utentes aceitou o convite e para além de assistir à acção e conhecer uma outra realidade institucional, teve a oportunidade de conviver com os utentes e reencontrar velhos amigos.

Dia 21 – Museu Abade de Baçal – Exposição de Presépios da Primeira-dama

No dia 21 de Janeiro, um grupo de idosos foi visitar a exposição de presépios da primeira-dama, Dra. Maria Cavaco Silva, exposto no museu Abade e de Baçal em Bragança.

O grupo de utentes demonstrou muita satisfação com a visita.

A Fundação Betânia doou um presépio elaborado na Oficina dos Trabalhos Manuais.



Fundação Betânia



Janeiro



Fundação Betânia





Dia 5- Ação de Sensibilização "Regulamento Interno"

No dia 5 de Fevereiro, realizou-se uma ação de sensibilização acerca de algumas normas do Regulamento Interno.

A Ação foi direcionada para os residentes e teve como objetivo sensibilizar os presentes para algumas questões do dia-a-dia, nomeadamente no que concerne aos cuidados que os residentes devem ter ao nível da limpeza e higiene nos diferentes espaços, quer comuns, quer individuais, bem como, acerca de algumas estratégias para racionalizar alguns recursos, nomeadamente a eletricidade e a água.

Nesse contexto, a mensagem que se procurou passar é que a Instituição é de todos e, nesse sentido, todos são co-responsáveis pela salubridade Institucional, pois a Instituição é um bem comum.

A ação decorreu de uma forma muito participativa por parte de todos.

Dia 8- Visita à Feira do Fumeiro de Vinhais

Como é habitual todos os anos, no dia 08 de Fevereiro de 2014, um grupo de residentes da Fundação Betânia visitou a tradicional Feira do Fumeiro, e, Vinhais a capital do fumeiro.

A feira encontrava-se dividida por quatro pavilhões e alguns feirantes de rua. Devido ao aglomerado de visitante, apenas foi possível visitar uma parte da Feira. Os residentes aproveitaram o passeio para adquirir alguns produtos regionais e conviver.



Dia 10 a 14 - Comemoração do Dia da Amizade

Na Fundação Betânia o dia 14 de Fevereiro é assinalado como o “Dia da Amizade”.

Algum tempo, antes da data, na oficina dos trabalhos manuais, foram preparados os materiais necessários para esta comemoração. Foi elaborada uma “Árvore dos Afectos”, o habitua “correio da Amizade” e os envelopes para as respectivas cartas. Todos os residentes e colaboradores foram convidados a redigir cartas para um amigo especial.

Durante a semana anterior à data, foi promovida uma dinâmica de grupo que consistia na participação activa dos utentes, na qual estes expressavam os seus afectos através de uma palavra que era escrita numa “laranja” e depois colocada na “Árvore dos Afectos”. O objectivo desta dinâmica foi dar a oportunidade aos utentes de expressarem sentimentos e afectos resultantes da vida em comum que partilham na “ família” Betânia.

O Correio da Amizade foi aberto no dia 14 de Fevereiro e as cartas entregues aos seus destinatários. Nesse dia, foram apresentados todos os afectos e sentimentos escritos na “Árvore dos Afectos”.

Dia 11- Celebração do dia Mundial do Doente na Catedral de Bra- gança

No ano de 2014, a Unidade Pastoral da Nossa Senhora das Graças assinalou o dia Mundial do Doente (dia 11 de Fevereiro) com uma Celebração Eucarística na Catedral de Bragança. Nesta celebração estiveram presentes algumas instituições de Bragança

Dia 28- “Baile Sénior do Entrudo”

No dia 28 de Fevereiro de 2014, a União das Juntas de Freguesias promoveu um Baile Sénior de Entrudo.

Várias IPSS’s foram convidadas a participar nesta festa. Este ano o tema de Carnaval da Fundação Betânia foi “Medicação Anticrise”. Inspirados por este tema, os residentes vestiram-se para esta festa com fatos elaborados na Oficina de Trabalhos Manuais com material reciclado e com frases alusivas ao tema “crise”.

Pelas 14:00h o comboio turístico transportou os residentes da Fundação Betânia até ao Pavilhão dos Bombeiros Voluntários de Bragança onde decorreu a festa que consistiu num desfile para eleger o melhor disfarce e num grande baile onde todos puderam dançar e conviver.

A festa terminou com um lanche partilhado.



Fundação Betânia



Fevereiro



Fundação Betânia





Dia 3-Festa de Carnaval da Fundação Betânia

No dia 3 de Março, festejou-se o Carnaval na Fundação Betânia.

Após se decorar o espaço, alguns residentes e colaboradores mascararam-se.

Este ano a festa de Carnaval teve como tema “Medicação Anticrise”. Os fatos foram elaborados na Oficina dos Trabalhos Manuais pelos residentes, utilizando material reciclado nomeadamente as películas da medicação. Na festa foram utilizados os fatos, e também explicado a todos os participantes o significado deste tema, que teve como objectivo deixar uma mensagem positiva de forma a “vencer” a crise, através do optimismo, da persistência, união.

A festa terminou com um baile.

Dia 7- Dia Internacional da Mulher

No dia 8 de Março assinala-se o Dia Internacional da Mulher. Esta data serve para lembrar que as mulheres têm os mesmos direitos que os homens. Na Fundação Betânia o dia foi dedicado a todas as mulheres que nela vivem e trabalham.

Esta data começou a ser preparada alguns dias antes na Oficina dos Trabalhos Manuais através da elaboração de flores para entregar a todas as mulheres que residem e trabalham na Fundação Betânia e às famílias que no dia 8 de Março visitassem a Instituição.

No dia 7 de Março uma acção de sensibilização foi apresentada a história do Dia Internacional da Mulher, e a vida de várias mulheres que marcaram a história.

Para finalizar foi entregue, por um grupo de senhores, uma flor a cada mulher, relembrando o respeito com que as mulheres devem ser tratadas.



Dia 19 – Festa de S. José, Patrono da Fundação Betânia

No dia 19 de Março a Fundação Betânia Celebrou a Festa do seu Patrono - S. José.

Este dia de festividade, iniciou-se com uma celebração Eucarística em Honra de S. José, onde participaram residentes da Fundação Betânia, utentes do SAD, familiares e amigos.

Após a celebração Eucarística, os utentes autónomos deslocaram-se para as novas instalações da Fundação, acompanhados por alguns técnicos e pessoal dos Órgãos sociais da Instituição, onde fizeram uma visita ao espaço, seguido de um almoço.

No período da tarde, os idosos, colaboradores, técnicos e familiares de utentes, puderam usufruir de uma palestra intitulada “Redescobrir a Importância da Pessoa Idosa na Família” moderada pela Dr.^a Emília Magalhães e Palestrada pelo Dr.^o Cordeiro Alves. Finda esta actividade, os idosos, palestrante, moderadora, técnicos e familiares dos idosos puderam desfrutar do Porto de Honra.

A actuação do Coral Brigantino Infantil veio abrilhantar a parte final da tarde, com o seu desempenho vocal, animando os idosos e fomentando a partilha intergeracional.

Antes de irem embora, juntamente com as pessoas que assistiram à atuação do coro, cantaram-se os parabéns, uma vez, que a Fundação comemorou o seu décimo sexto aniversário.

17 a 22 – V Edição da Semana do Idoso

A Fundação Betânia – Centro Apostólico de Acolhimento e Formação realizou, a V Semana do Idoso, de 17 a 22 de Março de 2014.

As atividades desenvolvidas foram direccionadas a todas as pessoas/entidades que se interessam pela pessoa idosa (idosos, familiares, colaboradores e entidades/instituições parceiras) e a comunidade em geral.

O objectivo principal desta ação foi proporcionar à população sénior momentos recreativos, culturais e religiosos, numa lógica de abertura de portas da Instituição ao exterior. A iniciativa engloba uma pluralidade de atividades destacando-se novas actividades nesta V Edição tais como o Desfile de Moda Sénior Interinstitucional com a apresentação do “Tio João”, a Homenagem aos Residentes, “Momento de Dança” com a presença do Professor Luís Paulo da Escola Pé de Dança, Homenagem aos Colaboradores e Corpos Sociais e Concerto Solidário de Primavera, na Igreja de Santa Maria no Castelo, com a atuação dos LACRE.

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.



Dia 25 – Workshop: Oficina de Conservação e Restauro

No dia 25 de Março, realizou-se na Fundação Betânia uma Acção de Sensibilização/Workshop: Oficina de Conservação e Restauro, inserido na Semana da Conservação e Restauro.

Teve como objectivo dar a conhecer o que é a Conservação e Restauro, a que níveis e em que contextos esta é feita. Foram apresentados alguns exemplos de obras que tinham sido intervencionadas, tanto ao nível da escultura sobre madeira, como de escultura sobre cerâmica, tacha, azulejos, telas, entre outras. Foi dado a também a conhecer os maus exemplos de Conservação e Restauro, muitos deles realizados pelas zeladoras das igrejas. Este workshop serviu para informar sobre este tema e compreender que o património histórico pode sempre ser conservado e restaurado de forma a nunca se perder.

Dia 29 – Visita à Ex- posição “O Brilho da Fé”

A Fundação Betânia foi convidada a visitar a exposição arte sacra intitulada “O brilho da Fé”, exposta no Museu Abade de Baçal. Assim, um grupo de idosos fez uma visita a esta exposição, podendo observar a riqueza da Arte Sacra das Igrejas de Bragança.

No fim desta visita foi possível fazer um lanche nas instalações do Museu. Posteriormente assistiu-se a uma peça de Teatro “Portuga e Por Nada!” que retratava a apanha da azeitona em diferentes gerações.

Esta exposição permitiu conhecer o património histórico das Arte Sacra das Igrejas matrizes de Bragança e reviver tradições que fizeram parte da juventude dos idosos ali presentes.





Fundação Betânia





Fundação **Betânia**

Dia 4 – Comemoração do “Dia Mundial da Actividade Física”

No dia 4 de Abril, no âmbito da comemoração do dia mundial da atividade física, foi realizada uma aula de ginástica diferente do habitual.

No início da aula fez-se uma pequena sensibilização acerca dos benefícios da atividade física. De seguida fizeram-se os habituais exercícios nos quais todos participaram activamente.



Dia 8 – “Semana da Saúde”

No dia 8 de Abril, no âmbito da Semana da Saúde promovida pela Escola Superior de Saúde de Bragança, foi proposto pelos estagiários de Gerontologia a participação de alguns idosos nas atividades que decorreram na escola.

Durante a manhã os idosos participaram numa sessão de atividade física realizada pelos alunos de diferentes cursos do IPB.

Durante a tarde puderam assistir a uma palestra sobre a “adesão à prática física” e à apresentação de tunas séniores vindas de vários locais de Portugal e promovidas pela RUTIS (rede de universidades seniores).

Para finalizar o dia, foi realizado um lanche ao ar livre com os idosos presentes



Abril



Dia 10 – Projeto Dar e Receber: Confeção do Folar

No dia 10 de Abril, durante a manhã, um grupo de residentes deslocou-se ao Forno Comunitário localizado no bairro Além do Rio, na zona histórica de Bragança para confeccionar o tradicional folar de Páscoa. Esta atividade consistiu em juntar as várias instituições que aderiram ao Projecto, de forma a promover um convívio intergeracional, no qual os idosos ensinam às crianças como se confeccionava o folar antigamente.

O folar foi feito de forma tradicional, desde a técnica de amassar, ao corte das carnes e ao fermento caseiro. No período da tarde o mesmo grupo que de manhã confeccionou o folar, teve a oportunidade de experimentá-lo, num lanche convívio.

Dia 11 – Via-sacra

No dia 11 de Abril, no âmbito da Quaresma 2014, fez-se a meditação da Via Sacra de uma forma diferente. Alguns dias antes, foram elaboradas cruces, na Oficina de Trabalhos Manuais, cada uma das quais representando as diferentes estações da Via Sacra.

Durante a via-sacra foram passados vários diapositivos com imagens alusivas às várias estações e em simultâneo foi feita a leitura correspondente. Durante a leitura cada idoso levava ao altar a cruz correspondente. Cada estação era intercalada com um cântico de mensagem.

Foi um momento de oração e meditação muito importante para os residentes.

Dia 11 – Confeção do Folar na Fundação Betânia

No dia 11 de Abril, no âmbito da realização dos preparativos para a festa da Páscoa, foi realizada a confeção do folar. Algumas das mulheres residentes na Fundação Betânia (residentes, nutricionista, cozinheiras e estagiárias), reuniram-se na cozinha da fundação para colocar “mãos a obra”.

A confeção do folar teve desde o início a participação ativa de todos, principalmente dos idosos que lembraram uma tradição já muito antiga e que praticavam desde os seus tempos de infância.

Foi uma experiência muito gratificante e “deliciosa” para todos, e promete ser colocada em prática todos os anos para que nunca seja esquecida.



Fundação **Betânia**

Dia 22 – Visita Pascal

No dia 22 de Abril realizou-se a Visita Pascal pela Fundação Betânia.

Todos participaram na procissão que levou a Cruz de Cristo Resuscitado a cada habitação. Durante a Visita Pascal o Sr. Padre realizava as leituras acompanhado de três idosos que levavam a cruz e duas velas a acompanhar.

A Visita Pascal é um momento de grande alegria, esperança e renovação da fé em Cristo.

Dia 25 – “Dia da Liberdade”

No dia 25 de Abril, foi organizada uma visita ao museu Abade Baçal que consistiu numa breve visita ao museu, onde foi possível visitar a Exposição de Maria Keil e assistir à actuação do grupo de meninas do Lar São Francisco. No final, cada cliente transmitiu a sua opinião relativamente à data comemorativa, e recebeu um cravo, símbolo deste dia.

Dia 25 – Feira do Pão em Samil

A Fundação Betânia foi convidada a participar na “Feira do Pão” na aldeia de Samil. Esta feira tradicional teve como principal objectivo expor alguns produtos tradicionais da aldeia.

A Fundação Betânia teve oportunidade de expor alguns dos artigos elaborados na Oficina de Trabalhos Manuais, de forma a adquirir alguns donativos. Um grupo de idosos foi fazer uma visita a esta feira para adquirir alguns produtos tradicionais e ver no stand da Fundação os seus artigos expostos.



Abril



Dia 28 - Preparação do dia da Mãe

O dia da mãe é uma data comemorativa que em Portugal é celebrada no primeiro Domingo do mês de Maio, em homenagem a Virgem Maria, mãe de Jesus Cristo e a todas as mães e é a oportunidade para reforçar e demonstrar o amor dos filhos pelas suas mães.

Na oficina de trabalhos manuais, foi construído um quadro com flores feito com caixas de ovos e cartolinas no qual, todos os utentes e familiares puderam colocar por escrito uma mensagem para a sua mãe.

Dia 29 – Dia da Solidariedade Entre Gerações

No dia 29 de Abril de 2014, as várias instituições que pertencem ao Projecto Dar e Receber reuniram-se para mais uma actividade. Foi pedido a cada Instituição que, previamente elaborasse uma tela com o conceito de Família. Neste dia fez-se uma vista ao Centro de Arte Contemporânea Graça Morais e as telas foram expostas no Auditório Paulo Quintela.

A Tarde terminou com um lanche convívio.

Dia 30- Caminhada Solidária contra os Maus-Tratos

No dia 30 de Abril um grupo de idosos participou numa Caminhada Solidária contra os Maus-Tratos promovida pelo projecto Pontos de Inclusão. Esta actividade teve como principal objectivo a sensibilização para esta problemática que cada vez mais afecta toda a população. No final da caminhada, na Praça Cavaleiro Ferreira, construiu-se um laço humano com todos os participantes.

Dia 30 – “Inauguração da Loja Solidária” da União das Freguesias de Sé, Santa Maria e Meixedo

A Fundação Betânia foi convidada pela União da Junta de Freguesias de Sé, Santa Maria e Meixedo para, no dia 30 de Abril, expor os artigos elaborados na Oficina de Trabalhos Manuais, na “Loja Solidária” concebida para este efeito.

O grupo de idosos que participou na inauguração da Loja, deu também a conhecer aos meios de comunicação social as técnicas e todo o trabalho desenvolvido na Oficina de Trabalhos Manuais da Fundação.



Fundação Betânia



Abril



Fundação Betânia





Dia 2- Passeio à Feira das Cantarinhas

No dia 2 de Maio foi promovido um passeio à Feira das Cantarinhas que em 2014 decorreu no centro da cidade, como acontecia antigamente.

Os idosos tiveram a oportunidade de visitar o comércio ao ar livre e a feira do artesanato, na qual adquiriram alguns objectos, desde calçado, plantas, tecidos, roupa, entre outros artigos.

Durante a feira também reencontraram velhos amigos e familiares.

Dia 3 – Concerto Solidário de Tunas

No dia 3 de Maio, um grupo de clientes deslocou-se ao Centro Social e Paroquial dos Santos Mártires, com o intuito de assistirem a um concerto Solidário de Tunas.

No final do concerto, os idosos foram passear e lanchar às Piscinas Municipais de Bragança, onde disfrutaram de um agradável momento na esplanada e puderam ver a luta de touros que decorria no recinto de lutas.

Dia 4 – Participação no programa Somos Portugal da TVI

No dia 4 de Maio um grupo de idosos deslocou-se à Praça Camões para assistir ao programa de entretenimento da TVI, “Somos Portugal- Feira das Cantarinhas”. Durante o programa tiveram oportunidade de ver figuras públicas da televisão, e de dançar ao som dos diferentes grupos musicais conhecidos.

Na Praça da Sé decorria a Feira dos Cantarinhas que mais uma vez foram visitar.





Dia 8 e 9 – “IV Feira do Emprego, Educação e Solidariedade”

No âmbito da Feira do Emprego, realizada na Praça da Sé em Bragança, a Fundação Betânia participou mais um ano com um stand e organizou no dia 8 e 9 de Maio uma visita à feira com um grupo de utentes. Para além de verem expostos diversos trabalhos realizados na Oficina de Trabalhos Manuais, visitaram também os stands de outras instituições. O Grupo Coral da Fundação Betânia fez uma atuação na feira para mostrar o trabalho desenvolvido por este grupo de idosos

Dia 13 – Comemorações do Dia de Nossa Senhora de Fátima

No dia 13 de Maio, dia de Nossa Senhora de Fátima, o grupo de residentes da Fundação Betânia, pôde assistir através da televisão às celebrações no Santuário de Fátima.

Neste dia foi também apresentado o filme os “Três Pastorinhos”.

Dia 15 - Dia da Família na Fundação Betânia

Dia 15 de Maio celebra-se o Dia Internacional da Família. Para celebrar este dia, a Fundação Betânia, promoveu uma celebração eucarística dedicada à Família. Foi exposta na instituição a tela elaborada na Oficina de Trabalhos Manuais que tinha como tema a “Família” e posteriormente fez-se a recolha de mensagens sobre este dia que foram colocadas no facebook.

Dia 16 - Acção de Informação: Novas Formas de Intervenção nas Estruturas residenciais para Idosos: E as Pessoas com Demência?

O tema da “pessoa com demência” é cada vez mais preocupante. Assim, foi realizada na Fundação Betânia uma acção de informação sobre formas de intervenção com pessoas com demência. Foram apontadas algumas dificuldades e também algumas estratégias de trabalho com estas pessoas. Após a parte teórica procedeu-se a uma parte prática, de estimulação cognitiva através de jogos onde os idosos e colaboradores puderam participar.



Fundação Betânia

Dia 18 – Comemoração do Dia Internacional dos Museus

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 e participar em aulas de dança. Foi um momento cultural de conhecimento e reencontro com alguns conhecidos.

Dia 21 – Harlem Shake

A Fundação Betânia organizou um Harlem Shake, uma tarde diferente com muita dança e diversão. Os idosos gostaram de participar nesta atividade que proporcionou momentos de música, dança, brincadeira e diversão.

Dia 23 – Festa de Despedida dos Estagiários

No dia 23 de Maio, decorreu a festa de despedida dos estagiários da licenciatura de Gerontologia que consistiu na apresentação do Harlem Shake realizado no dia 21 e na apresentação de algumas fotografias das atividades realizadas durante o estágio. Este momento é sempre bonito pois os idosos agradecem aos estagiários e transmitem-lhes algumas palavras de apoio e carinho.



Maio



Dia 29 – Ação de Sensibilização “Importância dos Laços com Idosos Institucionalizados”

No dia 29 de maio, a convite do Centro Social de São Pedro de Serracenos, um grupo de Idosos deslocou-se a essa Instituição para assistir a uma Ação de Sensibilização Intitulada de “A Importância dos Laços com Idosos Institucionalizados”.

A ação teve como objectivos refletir sobre o relacionamento entre o idoso institucionalizado e a família; analisar os benefícios da participação e do envolvimento da família; examinar as barreiras à participação da família e discutir estratégias de promoção de boas relações.

A ação decorreu de forma harmoniosa e o envolvimento dos idosos com o tema foi positivo e produtivo. Esta atividade contribuiu para fomentar o convívio interinstitucional e o convívio social entre os idosos das duas instituições, contribuindo em algumas situações para o reaver de “velhos amigos”.





Dia 1 – Festa da Solidariedade “Receção da Chama Solidária”

No dia 1 de Junho de 2014, um grupo de idosos e colaboradores participou na Festa da Solidariedade que este ano estendeu-se, também, a Bragança. A atividade resultou de uma iniciativa conjunta da CNIS, da União Distrital das IPSS do Distrito de Bragança (UIPSSDB) e da S.C.M de Bragança e contou com a participação de várias Instituições do concelho. A atividade teve como objetivo assinalar a passagem da “Chama da solidariedade” que saiu do Nerba, seguiu pela Av. Sá Carneiro, seguindo-se a praça da Sé e terminou na Praça Cv. Ferreira, onde, e de acordo com o que estava planeado, os diferentes grupos iam integrando o cortejo. Tratou-se de uma atividade que envolveu uma grande moldura humana e que foi vivida com grande entusiasmo por todos. Apesar de algum cansaço que se fazia sentir, era visível o sentimento de satisfação, alegria que o grupo de participantes da Fundação Betânia

evidenciava.

No final do percurso, houve lugar a intervenções do Vice-presidente da Câmara Municipal de Bragança, Representante da Centro Distrital de Bragança e do presidente da Direção da UIPSSDB.

Dia 5– Roteiro pelas Aldeias 2014: Paradinha de Outeiro

No dia 5 de Junho um grupo de idosos visitou a aldeia de Paçó e Paradinha de Outeiro. Em Paradinha de Outeiro o grupo de idosos fez uma caminhada e visitou a Igreja Matriz e alguns lugares desta aldeia. Um dos residentes, natural desta aldeia teve a oportunidade e visitar a sua casa, familiares e amigos.

O passeio terminou com um lanche convívio na Associação da aldeia.





Dia 6 – Visita à Aldeia Pedagógica de Portela

No dia 6 de Junho foi promovida uma visita à Aldeia Pedagógica de Portela, inserida no Projecto “Dar e Receber”. Na aldeia foi possível visitar as diferentes oficinas que esta aldeia possui para demonstrar como era feito antigamente o pão e o ferro. Para finalizar o passeio, o grupo de idosos da Fundação Betânia juntamente com algumas crianças cantaram algumas músicas tradicionais.

Dia 10 – Ação de Informação “Dia de Portugal”

Para assinalar o dia de Portugal, um grupo de idosos da Fundação Betânia, fizeram um debate, recordando o significado deste dia e quem foi Luís Vaz de Camões.

Apresentou-se ainda uma comédia do filme do “Mr. Bean em Férias” que provocou gargalhadas e diversão.

Dia 13 – Roteiro pelas Aldeias 2014: Alfaião

No dia 13 de junho um grupo de idosos fez um passeio pelas aldeias de Samil, S. Pedro e Alfaião. Para além de desfrutarem da rústica e rural paisagem lançaram à beira rio com uma maravilhosa paisagem de pano de fundo.





Dia 19 – Roteiro pelas Aldeias 2014: Milhão

No dia 19 de Junho um grupo de idosos deslocou-se à aldeia de Milhão para um passeio. Uma das residentes oriunda desta aldeia convidou o grupo para visitar um dos seus filhos, que recebeu muito bem todo o grupo disponibilizado o seu jardim para uma tarde de convívio entre os residentes e alguns habitantes da aldeia.



Dia 20 – “Festa Sénior”

No dia 20 de junho, um grupo de idosos da Fundação Betânia participou na “Festa Sénior” a convite da Obra Social Padre Miguel. Este encontro contou também com a participação de alguns idosos da Santa Casa da Misericórdia de Bragança, proporcionando um convívio entre todos os participantes. Do programa da atividade faziam parte diversos jogos, como Torneio de Sueca, Torneio de Dominó e Jogos Tradicionais. Os idosos da Fundação ganharam alguns prémios nos diferentes jogos. Após uns momentos de competição, realizou-se um lanche convívio com música ao vivo com o Grupo de Cantares da Obra Social Padre Miguel.

Dia 27 – Roteiro pelas Aldeias 2014: Gimonde

No dia 27 de junho um grupo de idosos foi até à aldeia de Gimonde para um passeio. Um dos residentes da instituição levou o seu acordeão para animar a tarde. Para além de desfrutarem da rústica e rural paisagem desfrutaram também de um lanche convívio à beira rio.



Fundação Betânia





Fundação **Betânia**

Dia 2- Ação de Sensibilização "Ondas de Calor"

No dia 3 de Julho, realizou-se uma Ação de Sensibilização acerca das Ondas de Calor. A acção foi direccionada para os idosos e teve como principal objetivo alertar a População Idosa para os perigos inerentes ao aumento abrupto da temperatura média, nesta época do ano.

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

No final do percurso, houve lugar a intervenções do Vice-presidente da Câmara Municipal de Bragança, Representante da Centro Distrital de Bragança e do presidente da Direção da UIPSSDB.

Dia 4- Inauguração do Gabinete de Fisioterapia

No dia 4 de julho, durante a manhã, decorreu uma pequena cerimónia de inauguração de um novo espaço, o gabinete de fisioterapia. Este novo gabinete representa o esforço da Fundação Betânia em responder permanentemente às necessidades e expectativas dos seus clientes, proporcionando a prestação de uma variedade de tratamentos na área da saúde e reabilitação física, potenciando os recursos da Instituição.

A cerimónia foi marcada pela presença dos utentes, familiares, colaboradores e membros da Direção, para conhecerem o novo espaço, os equipamentos, e perceberem a importância da fisioterapia e exercício físico na promoção da saúde. No final da cerimónia, o porto de honra marcou o início deste novo projeto com desejos de sucesso e saúde.



Julho



Dia 4– Passeio para Compras

Durante a tarde, um grupo de idosos deslocou-se ao hipermercado Pingo Doce para fazer compras. Esta foi mais uma actividade que possibilitou aos idosos, a aquisição de artigos que necessitam e o encontro e convívio com amigos e conhecidos. No final do passeio, fez-se um lanche convívio no parque de merendas do Santuário de Cabeça Boa.

Dia 9– Roteiro pelas Aldeias 2014: Baçal, Aveleda e Sacoias

No dia 9 de julho, um grupo de 7 idosos realizou uma visita pelas aldeias de Baçal, Aveleda e Sacoias. Assim, a visita iniciou pela aldeia da Baçal onde puderam visitar alguns monumentos da aldeia. De seguida, na aldeia de Aveleda foi possível observar o interior da aldeia, e as suas casas tipicamente fabricadas em xisto assim como o famoso burro da Aveleda. O lanche foi na aldeia de Sacoias no parque de merendas à beira rio.

Dia 9– Jogos Tradicionais na UDEP

No dia 9 de julho, a Fundação Betânia foi convidada a participar nos Jogos Tradicionais da UDEP. Um grupo de 7 idosos deslocou-se às instalações da UDEP e participou nesse evento desportivo. A iniciativa também permitiu fomentar o convívio interinstitucional e social.





Dia 10 - Feira social: Loja Solidária

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

Dia 12 - Dia da Unidade Pastoral

No dia 12 foi sinalizado o Dia da Unidade Pastoral na aldeia de Alfaião. A Fundação Betânia também esteve presente participou neste evento que contou com uma Feira e muita animação musical. A Fundação Betânia participou com uma barrquinha onde expôs os trabalhos elaborados pelos seus clientes e ainda com uma actuação do Grupo Coral da Fundação Betânia que cantou duas músicas tradicionais.

Dia 13 - Encontro de Gerações

No dia 14 de Julho, decorreu no Santuário de Santa Ana em Meixedo, o Encontro de Gerações do Concelho de Bragança, organizado pela Câmara Municipal. À semelhança dos anos anteriores a Fundação Betânia participou neste encontro com um grupo de 20 pessoas.

O Encontro iniciou com a Eucaristia na Igreja de Santa Ana. Seguiu-se a partilha de farnéis e alguns participantes almoçaram no restaurante como foi o caso dos da Fundação Betânia. Durante o decorrer da tarde houve animação musical pela Tuna do Porto e música de baile para dançar.

Dia 16 - Passeio ao Bragança Shopping

No dia 16 um grupo de idosos deslocou-se ao Bragança Shopping para um passeio que permitiu momentos de distração e convívio. Houve oportunidade para visitar as lojas, tomar um café ou comer um gelado. Foi uma tarde agradável de convívio e interacção.



Dia 24 – IV Aniversário do Santuário da Sagrada Família

No dia 24 de Julho foi assinalado o IV Aniversário do Santuário da Sagrada Família da Fundação Betânia. A comemoração iniciou pela Eucaristia e no período da tarde fez-se uma apresentação da história do Santuário e de fotografias de alguns eventos já realizados neste espaço de culto.

Depois seguiu-se um lanche convívio e uma tarde de musical com um grupo de música tradicional.

Dia 26 – Dia Nacional dos Avós – Inauguração da Capela de Santa Ana em Vale de Nogueira

No dia 26 de Julho, a convite do C.S.P. de S. Roque e da Junta de Freguesia de Salsas, um grupo de idosos participaram na Eucaristia para assinalar o restauro dos altares da Capela de Santa Ana, em Vale de Nogueira. Nesta celebração, lembrou-se também o Dia dos Avós e a importância que eles têm na vida das famílias e da sociedade em geral.

Seguiu-se um almoço convívio em Chãos.

Dia 29 – Sessão de esclarecimento “Espaço Skype”

No dia 29 de Julho, realizou-se uma sessão de esclarecimento sobre um espaço que irá ser implementado brevemente na Fundação Betânia que tem como objectivo, aproximar os residentes da família que se encontra distante, melhorando desta forma, o seu bem-estar mental e o conforto sentido dentro da Instituição.

Foi-lhes explicado como funciona o programa. Os idosos presentes mostraram grande surpresa, não pensando ser possível fazer chamadas gratuitas dessa forma e demonstrando interesse em poder ver alguns familiares distantes (Brasil, Grécia, EUA).

Depois da breve apresentação, e para que todos os presentes pudessem ter uma visão mais realista de como tudo isto se processa, foi feita uma chamada via Skype para o segundo piso da Instituição. O balanço desta sessão foi muito positivo e muitos se mostraram receptivos a aderir a esta actividade num futuro próximo.

Dia 30 – Roteiro pelas Aldeias 2014: França

No dia 30 de Julho, um grupo de idosos visitou o centro hípico de França. Nesse espaço, puderam apreciar alguns cavalos que se encontravam no exterior. Para alguns, foi a primeira visita ao Centro Hípico. Posteriormente, os idosos foram lanchar a um parque de merendas muito agradável da aldeia. Após o lanche, os idosos regressaram à Instituição. Na viagem de regresso, puderam apreciar uma das maravilhas naturais de Trás-os-Montes, o parque Natural de Montezinho.



Fundação Betânia



Julho



Fundação Betânia





Fundação Betânia

Dia 4 – Roteiro pelas Aldeias 2014: Gimonde

No dia 4 de agosto um grupo de residentes visitou a aldeia de Gimonde. O grupo ansiava passar uma tarde com a brisa fresquinha que vinha das margens do rio Onor (um dos três rios que ali confluem). Sentados à sombra, na margem do rio, surgiram conversas animadas e cheias de sabedoria. Fez-se depois um piquenique e uma pequena caminhada. De regresso à Fundação Betânia, os idosos expressaram grande satisfação com o passeio.



Dia 6 – Apresentação do Programa “Betânia em Forma”

No dia 6 de agosto, decorreu uma sessão de apresentação do novo projeto, o “Betânia em Forma, Programa de Exercício Físico e Nutrição” da Fundação Betânia, dirigido aos colaboradores e amigos da Instituição.

O programa procura intervir, diretamente, em duas áreas determinantes para o bem-estar do ser humano: o exercício físico e a alimentação, e tem como principais objetivos promover hábitos de vida saudável, promover as relações interpessoais, envolver os participantes na vida da Instituição, valorizar os recursos da Instituição, e possibilitar o acesso dos colaboradores e outros, aos serviços, a preços simbólicos. Como atividades propostas, destacam-se o aconselhamento nutricional, cardiofitness, musculação, ginástica localizada, massagem de relaxamento, e técnicas terapêuticas de intervenção em fisioterapia.

Esta apresentação, realizada pelo fisioterapeuta Gonçalo Guerreiro e pela nutricionista Fábíola Mourinho, procurou sensibilizar os presentes para os hábitos de vida saudável, e dar a conhecer este novo projeto e todas as atividades dirigidas ao bem-estar dos colaboradores da Fundação Betânia.



Agosto



Dia 13 - Feira social: Loja Solidária

Dia 13 de Agosto, pelas 14 horas realizou-se a feira social do mês, na Loja Solidária e contou com alguns familiares dos residentes que vivem no estrangeiro. A feira decorreu como o previsto.

Dia 21 - Feira das Festas 2014

No dia 21 de Agosto, um grupo de idosos deslocou-se à tradicional Feira das Festas de Bragança, para passear e adquirir alguns artigos. Os idosos tiveram ainda a oportunidade de visitar o Parque Eixo Atlântico onde decorrem as festas da cidade. Passearam por toda a cidade que ainda se encontrava enfeitada e passaram pela zona do Castelo que se encontra decorada à época medieval.

Dia 22 - Procissão de Sr.ª das Graças

No dia 22 de agosto, pelas 17h30 horas, um grupo de 6 residentes realizou um passeio até ao Teatro Municipal de Bragança para ver a procissão da Sr.ª das Graças, um dos ex-líbris da cidade, que costuma juntar muitas pessoas. Com ela termina o ciclo de festas da cidade de Bragança. Os residentes aprovaram vivamente o local escolhido para visualizar a procissão, porque do meio da escadaria do Teatro Municipal tinha-se uma visão completa e sem interferências de todo o percurso. Ficamos sentados na escadaria até que a procissão terminasse sempre em bom ambiente de convívio.

Dia 24 - Festas e Romarias 2014: S. Bartolomeu

Dia 24 de Agosto celebra-se o Dia de S. S. Bartolomeu em várias aldeias do concelho de Bragança, assim um grupo de idosos deslocou-se ao Santuário, bem perto da Fundação, para assistir à missa e participar na procissão. Finalizadas as celebrações religiosas fez-se um lanche no parque de merendas.





Dia 26 – Vista à Ermida da Sr.^a da Hera (Cova de Lua)

No dia 26 de agosto, pelas, um grupo de residentes visitou a ermida da Sr.^a da Hera, na localidade de Cova de Lua. Os residentes apreciaram vivamente o percurso que os levou a visitar terras onde há muito não estavam, como Espinhosela e Terroso. Chegados ao destino, puderam apreciar a ermida da Sr.^a da Hera que se situa num vale muito verdejante, propício a momentos de tranquilidade no meio da natureza. Os idosos mais dependentes ficaram sentados enquanto outros foram visitar o local.

Dia 29 – Roteiro Cultural pelas aldeias: Rabal e França

No dia 29 de agosto um grupo de residentes dependentes, visitou as aldeias de Rabal e França. O passeio deu a oportunidade aos utentes de visitar estas aldeias e o centro hípico da aldeia de França. Para alguns dos residentes foi uma descoberta, pois ainda não haviam estado ali.

Duas das funcionárias do Centro, trouxeram um cavalo e um burro para que os idosos pudessem apreciar de perto estes animais. Após este momento, fez-se um piquenique em contacto com a natureza e a brisa que se fazia sentir.





Fundação Betânia





Dias 2 e 3 – Passeio à Nossa Senhora da Serra

No dia 2 e 3 de Setembro, dois grupos de idosos rumaram ao Santuário da Sr.^a da Serra para participarem na novena. Ali, puderam assistir e participar na Adoração ao Santíssimo e no Terço. De seguida visitaram a Casa das Esmolas para adquirir algumas recordações. No final ainda fizeram uma visita à capela da Santa Teresinha e compraram algumas faturas.

Para finalizar o passeio foram ao Parque de Merendas onde disfrutaram de um bom lanche convívio.

Dia 8 – Comemoração do Dia Mundial da Alfabetização

No âmbito do Dia Mundial da alfabetização, foi promovida uma acção de sensibilização no dia 8 de Setembro, qual participou um grupo de residentes.

A sessão dividiu-se em duas partes: na primeira, foi exposto de forma oral o tema. A segunda constou de exercícios com vários graus de dificuldade (Grau fácil = analfabetos; Grau intermédio = dificuldade em ler e escrever; Grau elevado = facilidade em ler, escrever).

Aos residentes mais dependentes foram lhes proporcionados jogos de motricidade fina e jogos de estimulação cognitiva (associação de cores).

O balanço da actividade foi positivo e superou as expectativas.





Fundação Betânia

Dia 9 – Passeio ao Divino Senhor da Agonia: Chãos

No dia 9 de Setembro, como já é habitual todos os anos, um grupo de idosos da Fundação Betânia, fez uma visita ao Santuário do Divino Senhor da Agonia no lugar dos Chãos, freguesia de Salsas.

Após a visita à Capela e um momento de oração, foi proporcionado um passeio pelas aldeias envolventes, das quais alguns dos idosos eram oriundos, nomeadamente as aldeias de Vale de Nogueira e Salsas.

O lanche aconteceu no parque de merendas do Santuário da Sr.^a do Aviso, em Serapicos onde também foi possível visitarem as 14 capelinhas da Via-Sacra.



Dia 10 - Feira Social: Loja Solidária

Dia 10 realizou-se mais uma feira Social na loja Solidária da Fundação Betânia, 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.





Fundação Betânia

Dia 22 – Celebração do Dia Mundial da Pessoa com Alzheimer

De maneira a assinalar o Dia Mundial da Pessoa com doença de Alzheimer, decorreu a 22 de Setembro uma acção com o objectivo de sensibilizar para esta doença que cada vez afecta mais pessoas.

A primeira parte da actividade constou de uma apresentação teórica do tema com recurso a imagens e a um vídeo que explicava a doença. A segunda parte da actividade constou de diversos jogos de estimulação cognitiva.



Dia 26 – Participação nas Jornadas Europeias do Património

No dia 26/27 e 28 de Setembro, o Museu Abade de Baçal em Bragança, comemorou as Jornadas Europeias do Património, nas quais a Fundação Betânia participou activamente, em conjunto com os idosos da Santa Casa da Misericórdia.

A actividade consistia num peddy paper/caminhada que teve início no Museu Abade de Baçal, passando pela Igreja de São Vicente, pelo Arquivo Distrital e pela Igreja de São Francisco. No final o grupo regressou ao Museu Abade de Baçal para cada participante deixar o testemunho da sua participação nesta actividade, e lanchar no agradável jardim que este Museu possui.



Setembro



Dia 27 – Banca na Praça: Passeio para Compras

Durante o mês de Agosto e Setembro a Câmara Municipal de Bragança realizou na Praça da Sé uma atividade denominada “Banca na Praça” para divulgar os produtos regionais. O evento consistia em várias bancas de produtos regionais os quais poderiam ser adquiridos.

Um grupo de idosos da Fundação fez uma visita a estas bancas e aos supermercados desta zona para comprar alguns produtos de que necessitavam.

Dia 29 – Ação de Sensibilização: Dia Mundial do Coração

No dia 29 de Setembro, a equipa de enfermagem realizou uma ação de sensibilização acerca do “Dia Mundial do Coração”.

A ação teve como objetivo sensibilizar os idosos para doenças cardiovasculares, disseminando boas práticas de vida saudável na Instituição, com o intuito de reduzir o risco de doenças cardiovasculares.

A ação correu bem, atendendo ao interesse manifestado pelos presentes.





Dia 1 - Dia Mundial do Idoso

No dia 1 de Outubro, assina-se o dia do Idoso e também o dia Mundial da Música. Para assinalar esta data, foi proporcionada aos utentes um momento musical através da apresentação de músicas tradicionais, conhecidas de todos.

Esta atividade quis provar que, apesar da idade é sempre possível sermos alegres e bem-dispostos e que a música tem um papel fundamental.

Dia 5 -Dia da Implantação da República Portuguesa

Para assinalar o Dia da Implantação da República, no dia 5 de Outubro, foi promovida uma tertúlia acerca do tema.

Cada participante expressou a sua opinião sobre o tema e partilhou histórias e vivências. Após a conversa, foi exibido um filme relacionado com este dia. Os utentes gostaram e sugeriram até, que numa próxima, fosse exposto um filme sobre a ditadura de Salazar, visto que, seria uma espécie de continuação do filme anteriormente apresentado.

Dia 9 - Passeio a Vinhais

No dia 9 de Outubro, um grupo de residentes visitou Vinhais. Todos os participantes neste passeio são naturais desta freguesia, facto que tornou esta atividade muito estimulante e motivadora. Após a chegada à vila, houve a oportunidade de visitar a Igreja Matriz e de fazer uma pequena caminhada pelo centro.

O passeio terminou com um lanche em casa de um dos idosos que fica na Vila de Vinhais.





Dia 10 – “Dia Mundial da Saúde Mental”

O Dia Mundial da Saúde Mental foi celebrado na Fundação Betânia a 10 de Outubro. Curiosos em relação ao tema, os utentes aderiram de forma muito positiva.

Durante a apresentação do tema alguns utentes manifestaram a sua opinião, experiências e dúvidas. O momento mais apreciado pelos participantes foi o momento posterior à exposição teórica que constou de 1 hora de vídeos de comédia, que serviu para os utentes rirem (risoterapia em grupo) e relaxarem (diminuir os níveis de stress) promovendo um envelhecimento ativo.

Dia 13- Feira Social: Loja Solidária

Dia 10 de Outubro realizou-se mais uma feira Social na loja Solidária da Fundação Betânia, esta feira teve o objetivo de aquisição de artigos pelos residentes e familiares.

Dia 15 – Comemoração do Dia Mundial da Alimentação

No âmbito do dia Mundial da Alimentação, assinalado no dia 16 de Outubro, no dia 15 de Outubro, a nutricionista Fabíola Mourinho proporcionou a um grupo de utentes do Lar de São Pedro e da Fundação Betânia e a um grupo de clientes do Centro Social e Paroquial do Santo Condestável, uma palestra acerca da Alimentação Saudável.

Foram discutidos vários pontos importantes sobre esta questão, nomeadamente os alimentos que devemos evitar e aqueles que devemos integrar na nossa alimentação diária.

O grupo mostrou-se interessado e participativo, já que se trata de um assunto que está muito presente e que influencia a saúde.





Fundação **Betânia**

Dia 16 – Peça de Teatro “Teatro Mãe”

No dia 16 um grupo de utentes da Fundação foi convidado a assistir uma peça de teatro intitulada “Teatro Mãe”, no Centro Social e Paroquial do Santo Condestável. A peça tinha como objetivo demonstrar o que é a institucionalização do idoso na prática.

Várias instituições estiveram presentes.



Dia 19–Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza

No dia 19 de Outubro, a Fundação Betânia, no compromisso assumido de se manifestar contra a pobreza extrema, realizou a leitura de uma mensagem da autoria da EAPN – Portugal, com o intuito dos idosos refletirem acerca desse fenómeno, cada vez mais presente em Portugal.

Posteriormente, a mensagem foi afixada para os demais interessados.

Dia 20- Comemoração do dia Mundial da Alimentação e da Osteoporose

No dia 19 de Outubro, assinalase o dia da osteoporose. Assim, a nutricionista fez uma apresentação acerca da influência dos alimentos na saúde dos ossos.

No final, foi dado a cada utente, para além do lanche habitual, um iogurte já que é um alimento rico em cálcio que ajuda à saúde dos ossos.



Outubro



Dia 20 – Passeio à Albufeira do Azibo

No dia 20 de Outubro, um grupo de idosos foi até à Albufeira do Azibo para passar uma tarde diferente em contacto com a natureza. Um dos residentes, que levou o seu acordeão, tocou algumas músicas para animar o grupo. De seguida chegou um pastor com um grande rebanho de cabras e ovelhas, que animou bastante o grupo, pois muitos deles em outros tempos tiveram animais. Fez-se um piquenique e para terminar o passeio fez-se uma visita ao miradouro da albufeira.

Dia 22 – Roteiro Cultural pelas Aldeias 2014: Outeiro

No dia 24 de Outubro, um grupo de idosos visitou a aldeia de Outeiro. Durante a viagem fez-se um breve passeio pela aldeia de Rio Frio. Em Outeiro o grupo viu a Igreja Matriz, Igreja de Nossa Senhora da Assunção, o Cruzeiro, o Pelourinho e a Fortaleza e a Basílica do Santo Cristo, visitando o seu interior que apesar de se encontrar em processo de restauro ainda de se encontra muito bem conservada.

No parque de lazer junto da Basílica, o grupo pôde descansar e lanchar. Pela riqueza histórica do local, os idosos gostaram da visita.





Dia 28 – Dia Mundial da Terceira Idade

De forma a assinalar o Dia Mundial da Terceira Idade, foi promovida no dia 28 de Outubro uma actividade que quis demonstrar que é sempre tempo de aprender, ainda que a idade já seja muita. Num primeiro momento foi apresentada oralmente a temática do dia em causa. Seguiu-se então a primeira atividade, que consistiu em mostrar a página “Facebook” da Fundação Betânia, bem como as fotografias e comentários aí publicadas.

De seguida, ao som de músicas tradicionais, foram apresentadas fotografias dos utentes em diversos momentos passados na Fundação Betânia. A atividade terminou com a visualização de videoclips de músicas que fizeram parte da vida dos utentes na sua juventude acompanhada de uma sessão fotográfica.

Dia 29 – “Zumba contra o Cancro”

No dia 29 de Outubro a Santa Casa de Misericórdia de Bragança em parceria com a Liga Portuguesa Contra o Cancro realizou um evento denominado “Zumba contra o Cancro” para alertar e sensibilizar a população para esta patologia. Um grupo de utentes da Fundação participou na atividade com uma peça de roupa e o laço (símbolo do cancro) cor-de-rosa. Os utentes das várias instituições presentes marcaram a sua presença e contributo nesta atividade, dançando uma música em cima do palco.

Foi uma tarde solidária na qual os utentes da Fundação tiveram todo o gosto em participar.





Dia 30 – Roteiro Cultural pelas Aldeias 2014: Réfega

No dia 30 de Outubro, um grupo de idosos visitou a aldeia da Réfega. Para além da visita à aldeia, o grupo deslocou-se a casa de um dos participantes no passeio que é natural desta aldeia, onde puderam lanchar com o filho e a nora que receberam o grupo de forma simpática. Foi uma tarde muito alegre para todos.



Dia 31 - Visita à Feira da Norçaça, Norpesca e Norcastanha

No dia 31 de Outubro um grupo de residentes deslocou-se à Feira da Norçaça, Norpesca e Norcastanha onde puderam ver as barraquinhas de exposição e adquirir produtos da região.

Houve ainda a oportunidade de assistir a uma demonstração de pesca e também a uma demonstração de aves de rapina. Todo o ambiente foi animado com os gaiteiros transmontanos.





Fundação Betânia

Dia 8 - Elevação a Basílica Menor do Santuário de Santo Cristo de Outeiro

Presença Significativa da Fundação Betânia na Celebração Solene da Promulgação do Título de Basílica Menor à Igreja do Santuário de Santo Cristo de Outeiro.

Dia 10 - Feira Social: Loja Solidária

Dia 10 de Novembro realizou-se mais uma feira Social na loja Solidária da Fundação Betânia, esta feira teve o objectivo de aquisição de artigos pelos residentes e familiares

Dia 11 - Festa de São Martinho - VI Edição do Desfile Sénior de Outono

No dia 11 de Novembro, a Fundação Betânia festejou o dia de São Martinho.

Por volta das 14 horas, deu-se início à VI Edição do Desfile Sénior de Outono, no qual participaram alguns residentes que desfilaram com roupas escolhidas para a ocasião, presentear-do a todos com os seus dotes para a passerelle.

No final do desfile, foram eleitos a Miss e o Mister Betânia 2014. 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, também estiveram presentes alguns Clientes do Serviço de Apoio Domiciliário, bem como alguns familiares, o que tornou a tarde num momento de partilha e alegria.



Novembro



14 - Dia da Diabetes Mellitus

A Diabetes Mellitus é uma doença que afecta 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 e sensibilizar. No dia 14 de Novembro, foi feita pela nutricionista e pessoal de enfermagem uma acção sobre esta patologia. O objectivo foi informar e prevenir comportamentos de risco relacionados com estilos de vida menos saudáveis e que promovem e agravam a doença. Estava presente um grupo numeroso de utentes que se mostrou entusiasmado e participativo.

16 - Ação de sensibilização: " Dia Internacional da Tolerância"

No dia 16 de Novembro, assinala-se o Dia Internacional da tolerância. A actividade contou inicialmente com uma apresentação oral acompanhada de um vídeo com as mensagens principais deste tema combinado com um conjunto de fotografias dos utentes da instituição. Em seguida, colocaram-se nos televisores diversos vídeos educativos sobre o tema.

Dia 20 - Passeio ao Bragança Shopping

No dia 20 um grupo de idosos foi ao Bragança Shopping ver a decoração de Natal já existente no local. Este passeio serviu também para visitar algumas lojas e começar a adquirir algumas prendas de Natal.

Dia 25 - Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres

No dia 25 de Novembro foi assinalado na Fundação Betânia o Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres. A actividade contou com uma apresentação muito apreciada pelos utentes.

Sendo este dia de referência para a APAV (Associação Portuguesa de Apoio à Vítima), esta entidade, colocou um desafio na rede social "Facebook" onde pedia aos seus seguidores que publicassem uma "selfie" com o seguinte texto: "Só me bates uma vez.". Após a explicação aos utentes deste desafio, estes, gostaram e aderiram ao desafio e o grupo foi fotografado e, posteriormente, a fotografia foi publicado no "Facebook" com a dita frase.



Fundação Betânia



Novembro



Fundação Betânia





Fundação Betânia

Dia 3 - Ação de Sensibilização "A Pessoa com Deficiência"

Para assinalar o dia da Pessoa com Deficiência, foi promovida uma actividade sobre o tema que consistiu numa apresentação que foi bastante comentada e discutida pois todos os participantes tinham experiências para partilhar sobre o tema. Depois, seguiu-se a parte lúdica, foram visualizados diversos vídeos onde era possível ver como pessoas com deficiência se tornaram atletas profissionais vencedores e realizados.

6 a 31 - "Exposição de Natal" na Fundação Betânia

Iniciou no dia 9 na Fundação Betânia Exposição de Natal.

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.

A exposição teve também como objectivo adquirir donativos para ajuda à instituição.



Dezembro



16 - Festa de Natal na Fundação Betânia

No dia 16 de Dezembro, a Fundação Betânia celebrou uma vez mais, o Natal num dia cheio de Fé, Alegria e Partilha.

A festa iniciou pela manhã com uma Celebração Eucarística, animada com cânticos por um grupo de Clientes, Funcionários e amigos da Fundação Betânia, que durante alguns dias se preparam para este momento.

No período da tarde, foram apresentadas imagens das actividades que decorreram em 2014 e seguiu-se a apresentação da peça de Mensagem “Poema Criador” que, integrada no Ano da Palavra, teve o objectivo de proporcionar uma meditação acerca da caminhada do povo de Deus ao longo da história.

Neste momento participaram utentes, colaboradores e órgãos sociais, o que o tornou num momento de partilha e de reavivar da fé. A festa terminou com um lanche convívio no Refeitório do Edifício II da Instituição, marcado pela oferta uma pequena lembrança, alusiva à quadra Natalícia, para todos clientes da Fundação Betânia.

17 e 18 - Feira Social de Natal

No dia 17e 18 de Dezembro, realizou-se a Feira Social de Natal, com objectivo de todos os residentes e colaboradores participarem. Este espaço permitiu, a todos adquirir algumas prendas de natal para oferecer assim como troca de artigos.

Dia 19 - Participação da Festa de Natal do Estabelecimento Prisional de Bragança

O Estabelecimento Prisional de Bragança convidou a Fundação Betânia para participar na Festa de Natal. Assim o grupo de idosos foi representar a peça de Mensagem “Poema Criador. Desta forma tentou-se levar a este local uma mensagem de natalícia de esperança e fé.



Fundação **Betânia**

22- “Exposição de Natal” no *Bragança Shopping*

No dia 22 de Dezembro decorreu, no Bragança Shopping, uma Exposição de Natal, promovida pela Oficina de Trabalhos Manuais da Fundação Betânia.

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.

Dia 22 – Visita à “Exposição de Natal” no *Bragança Shopping*

No dia 22 um grupo de clientes deslocou-se ao Bragança Shopping para visitar a Exposição de Natal que a Instituição lá realizou. Os artigos de natalis 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 no Shopping, o que foi muito gratificante e reconhecedor do seu trabalho e dedicação.



Dezembro



Dia 23 – Visita de D. José Cordeiro

No dia 23 de Dezembro, a Fundação Betânia recebeu a visita de Sua Excelência Reverendíssima D. José Cordeiro.

O dia iniciou com uma celebração eucarística presidida por D. José Cordeiro e com a animação litúrgica do Grupo Coral da Fundação Betânia, constituído por clientes, colaboradores e órgãos sociais.

Após a Eucaristia o grupo de colaboradores e órgãos sociais almoçou com D. José Cordeiro que a todos deixou uma mensagem de coragem e de esperança para que o trabalho desenvolvido na Instituição seja pautado, não só pelas competências técnicas, mas também pelas competências humanas e afectivas.





Fundação Betânia



Dezembro



Fundação Betânia



Tlf: +351 273 313 270

Fax: +351 273 313 725

geral@fundacaobetania.pt

www.fundacaobetania.pt

**Cabeça Boa
5300-852 Bragança**

