

JORNAL CENTRO SOCIAL ARCANJO GABRIEL CSAG - ATRPT



DESTAQUES

Formação
na área digital
pág. 3

Grupo de
Reflexão e Partilha
pág. 3

Sala de atividades
pág. 4

Nova valência:
Fisioterapia
pág.7

MAIO
2023
Nº 2



FEVEREIRO

Festa de Carnaval no CSAG

Esta festa realizou-se no salão principal do lar, com os utentes, no dia 20 de fevereiro. Foi um dia muito agradável, que nos transportou para o exterior durante algum tempo, com alegria e bem-estar. Também gostei da indumentária alegre, que nos foi apresentada.

Estes acontecimentos são úteis para nos ajudar a passar o tempo com mais facilidade e em prol do nosso bem-estar. Louvo a iniciativa e admiro a capacidade da execução.

M^a do Rosário Cunha



MARÇO

O nosso centro celebrou o Dia da Mulher



No Dia 8 de março, o Dia da Mulher foi festejado através da arte. As mulheres do centro foram representadas através dos quadros coloridos pintados pelas utentes. Leram-se poemas dedicados à mulher e também houve uma conversa sobre os direitos das mulheres.

Fernanda Oliveira

Grupo de Reflexão e Partilha

Todos os meses reunimos para falar de vários temas. Já falámos, por exemplo, de felicidade. Neste grupo participa quem quiser, é à vontade de todos. Desta vez, falámos sobre o 25 de abril de 1974. Foi uma data que ficou marcada para a história e que não dá para esquecer.

Rosa Cardoso



Formação em competências digitais para residentes e funcionárias

No mês de abril do presente ano, iniciou o curso denominado "Competências Digitais e Participação Social", através da colaboração com a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.

Com esta formação pretende-se desenvolver as competências digitais de pessoas adultas com especial foco naquelas que, sendo mais velhas e tendo tido menos oportunidades para as desenvolver, podem estar limitadas nas suas possibilidades de participação social numa sociedade em acelerada transição digital.

Esta formação tem a duração de 18h e decorre ao longo de nove semanas e é dirigida a funcionárias e residentes.

A ATRPT tem investido na diversificação das áreas de formação de forma a atender a necessidades e interesses da comunidade institucional.

Sala de atividades

A recente alteração na disposição dos espaços permitiu aos residentes usufruir de uma sala dedicada exclusivamente à dinamização das atividades. Registamos com atenção alguns residentes, que partilharam connosco a sua opinião.

"A sala é bonita, muito calma e airosa. Gosto muito de estar ocupada e gosto do que faço. Faço tudo com gosto."

D. Anunciação Sousa

"Eu acho que a nossa sala das atividades está muito bonita e agradável. É um sítio onde nos sentimos bem. É o nosso refúgio para o nosso sossego. Damo-nos todos muito bem, temos paz (...) e outras coisas importantes para nos sentirmos bem."

D. Fernanda Oliveira

"Acho que foi uma boa ideia e este lugar dá liberdade ao pensamento".

Sr. Serafim Cardoso

"Acho que a sala está muito bem porque dá outra ousadia e há onde pôr as coisas. Gosto muito de ir para lá, é um sítio calmo e gosto muito dos trabalhos que se fazem lá."

D. Manuela Santos

"Eu gosto da sala de animação porque por vezes é uma sala de refúgio. É uma forma de desenvolver as nossas capacidades."

**D. M^a do Rosário
Cunha**

"Acho que foi uma ótima ideia porque aqui é mais sossegado e os utentes têm mais atenção na realização dos seus trabalhos".

D. Rosa Cardoso

À conversa com...

D. Carolina Carneiro

Como foi a sua vinda para este lar?

"Estou aqui há cerca de cinco anos. Eu já estava viúva (...) aquela casa que entreguei dizia-me muito. Ainda vivi um ano sozinha com o gato. Chamava-se 'Pintinha' porque era preto e tinha uma pinta branca nas costas. Custou-me largá-lo (...). Sou reformada dos CTT mas a reforma não dava para tudo. Então sugeriram-me vir para o lar."

Gosta de morar aqui?

Gosto de estar cá. De uma maneira geral dou-me bem com toda a gente, embora não seja pessoa de conversar muito.

Sei que tem uma relação forte com o seu afilhado...

"O Daniel é uma pessoa fora de série (...) telefona-me todas as noites. Sou madrinha dele, de casamento. Era amigo do meu marido e tem um trato formidável com toda a gente.

Gosta da nova sala de atividades?

Sinto-me bem aqui. Permite-me ficar sossegada. Gosto muito de olhar lá para fora.

O que nos pode dizer mais sobre si?

"Andei na Escola Primária da Trindade e depois andei na Escola Comercial, andei no coral, (...) gostava de fazer desenho à vista, desenho geométrico, cantei ópera... Herdei do meu avô o gosto pela música. Tenho fotografias dessas coisas todas e muito boas recordações."

Como descreveria o seu percurso profissional?

"(...) quando fiz 18 anos disseram que abriu um concurso para o correio. Fiquei em segundo lugar porque tive medo de responder a uma pergunta. Não me importei nada que a Celeste ficasse em primeiro, ela era minha amiga. Depois escolheram-me a mim. (...)

Com o meu dinheiro fiz equivalência ao 5º ano. Comecei pela telefónica, que pertencia aos CTT. Gostei muito de lá estar e começaram a passar-me para a secretaria. Eu estava no arquivo e a chefe de lá ia reformar-se. Então iam-me passar para o lugar dela. Ela gostava de mim mas na altura chorou porque eu ia para o lugar dela. Para não lhe tirar o lugar, não fui logo. quando se foi embora e ninguém se zangou. E foi de lá, de chefe do arquivo, que me reformei.

Correu sempre tudo muito bem, nunca me chamaram à atenção. Era sempre muito alegre e educada."

Qual a sua opinião sobre este jornal, iniciativa da estagiária da área de Educação?

"Foi uma ideia esplêndida porque dá conhecimento do que se passa aos que estão no lar, eles espalham e dá expansão ao lar."

Ainda tem algum sonho por realizar?

"O meu sonho é continuar a ter saúde e continuar a viver aqui."

"Residente mistério"

Um(a) residente está descrito neste tópico e foi selecionado a partir de sugestões de várias funcionárias da casa.

Desafiamos os nossos leitores a descobrir a quem nos referimos.

Trata-se de uma pessoa acessível e agradável. Todos sabem o seu nome. Sorri bastante e tem uma expressão única. Podemos dizer que é carismática. Nas refeições já há bastante tempo que fica sempre no mesmo lugar. Quando chamam pelo seu nome por vezes usam o diminutivo. Apesar de algumas condicionantes a nível físico, Costuma participar nas atividades que a instituição promove, nomeadamente aula de ginástica e trabalhos manuais.

Nova valência: Fisioterapia

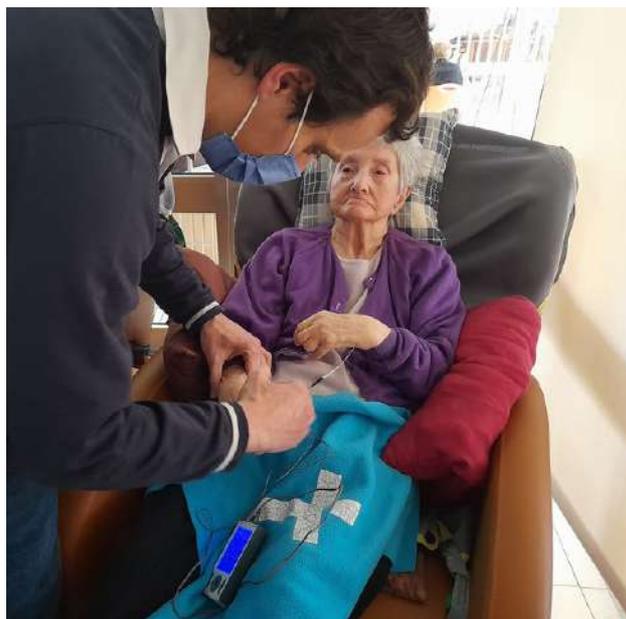
Cada vez mais, os critérios de escolha de ERPIS/Lares de Idosos são baseados nos serviços que oferecem. O Serviço de Fisioterapia, focado na prevenção de lesões e na manutenção da mobilidade, faz agora parte dos complementos proporcionados pelo CSAG-ATRPT.

Além dos serviços normais, oferecemos também os seguintes apoios complementares ao bem-estar dos residente:

- Serviço Social;
- Serviço de Psicologia;
- Médico Especialista de Medicina Interna;
- Enfermagem diurna e noturna;
- Educação Social e Animação Cultural;
- Ginástica de Manutenção;
- Passeios semanais e transporte para o Porto;
- Apoio jurídico.

Incluir o serviço de Fisioterapia no CSAG proporciona a possibilidade de tratamento precoce e preventivo de situações de risco, frequentemente associadas ao envelhecimento. Além disso, permite desenvolver a força e a estabilidade, funcionando ainda como forma de prevenção de quedas, através do ensino de técnicas.

As sessões realizam-se todas as semanas às terças e sextas-feiras, das 14h30 às 16h30.



Esta semana vamos festejar no CSAG o 48º aniversário ATRPT.

PROGRAMA - 17 DE MAIO

- 16h00 - Atuação do Grupo Danças e Cantares
- Apresentação do jornal CSAG (nº2)
- Vídeo das atividades desenvolvidas
- 17h00 - Visita ao CSAG do Exmo Sr. Presidente da Câmara de Vila Nova de Gaia, Prof. Dr. Eduardo Vítor Rodrigues.

PRÓXIMAS ATIVIDADES:

1 de junho

Comemoração

Dia Mundial da Criança

O CSAG convida os netos, bisnetos, trinetos, ...
a comer uma fatia de bolo com o seu avô ou avó.

Venham visitar-nos!

23 e 29 de junho

Santos Populares

(S. João e S. Pedro)

Julho

Festa do Centro Social Arcanjo Gabriel

Sopa de letras

Tente encontrar palavras relacionadas com a Páscoa.

Estão escondidas 7 palavras. Podem estar na horizontal, vertical ou diagonal.

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

(Construído por M^a do Rosário Cunha, Fernanda Oliveira e Rosa Cardoso)

Escreva abaixo as palavras que encontrou.

Facebook CSAG: Centro Social Arcanjo Gabriel - ATRPT

Para mais informações ou entrar em contacto connosco:

larsgabriel@atrpt.pt | sofiacruz@atrpt.pt | ritamarques@atrpt.pt