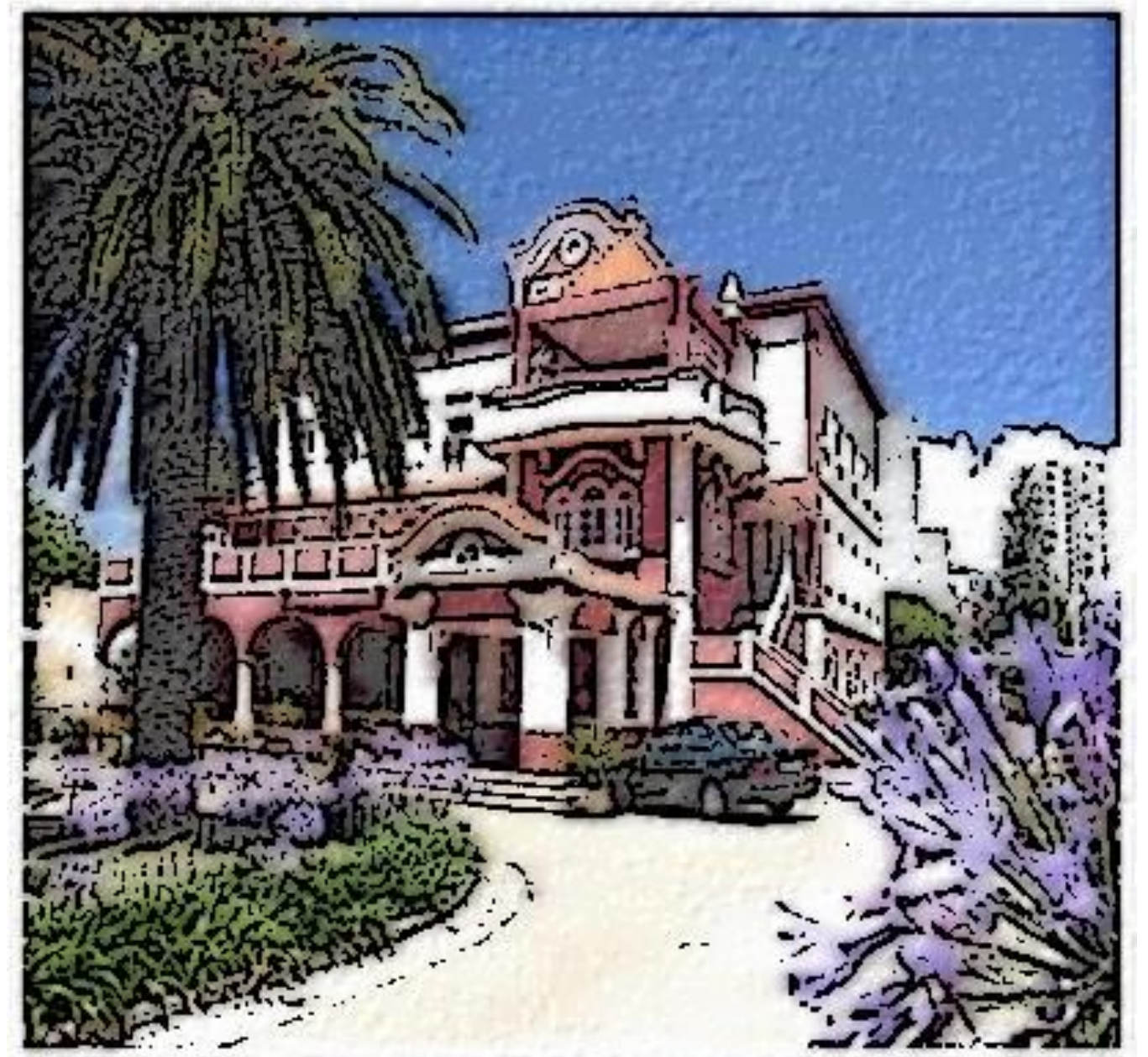


# O NOSSO JORNAL

Ano XVIII N.º30 nov./dez. 2016



## Ficha Técnica

**Edição:** Centro Psicogeriátrico N.ª S.ª Fátima

**Coordenação:** Dra. Amita Gonçalves e Dra. Ana Rute Mendes

**Redação:** Ana de Jesus M., Elisa P., Gabriela P., Idalina G., Inês V., M. Alice S.

**Arranjo Gráfico:** Equipa Coordenadora

*Pensamento:*

**“O mar, as ondas, as nuvens, o vento, a tempestade e a calma...  
que tudo, tudo nos ensine amar a Jesus”**

**(S. Bento Menni)**



### **Nesta Edição:**

Editorial .....	2
Festa de Aniversários... ..	3
Aniversários: .....	4
Tempo de Natal .....	5
A Graça de Dar .....	6
Vai acontecer:.....	8
Venda de Natal .....	9
Festa de Natal na SMUP.....	10
Árvore Bíblica .....	11
Ficha Técnica .....	12

## **EDITORIAL:**

### **Caros Leitores,**

Caros Leitores,

Nesta edição do "O nosso Jornal", partilharemos algumas das atividades que decorreram durante os meses de novembro e dezembro. Assinalamos alguns acontecimentos, como a nossa festa de aniversários, do mês de novembro, com convidados especiais, a habitual Venda de Natal e inauguração da Árvore Bíblica. Relembramos a quadra natalícia. Como é bom partilhar e conviver com os outros, e a grande graça do saber dar.

### **Votos de Boas Leituras!**

## **Árvore Bíblica**



Realizou-se no passado dia 02 de dezembro mais uma inauguração da "Árvore Bíblica", iniciativa levada a cabo pela nossa associação de familiares e amigos que tem por objetivo a angariação de donativos, para que depois, nos possam proporcionar atividades lúdicas e recreativas ao longo do ano, e para mim, também com um outro brilho, o embelezamento do átrio do rés-do-chão que juntamente com o presépio que dias depois se ergue, nos ajudam a vivenciar mais intensamente o espírito da época natalícia.

Assim, neste dia cerca das 14:30, utentes, familiares e alguns colaboradores, juntaram-se para uma "solene" abertura, com direito a cânticos e a uma espécie de catequese, dirigida pela Ir. Fernanda e onde, em conjunto, recordamos algumas passagens e personagens importantes da bíblia.

Também o Presidente da Direção da ASAI, o MGen. Alberto Lisboa, proferiu algumas palavras sobretudo de agradecimento a todos quantos tornaram e tornam possível este e outro tipo de atividades em prol das utentes deste Centro. De seguida, acendeu-se simbolicamente uma vela, e como que por magia também a árvore se iluminou!



Estava aberta a época da colocação de anjos e estrelas na *Árvore Bíblica* da ASAI, que apresentando-se seca e despida, logo se encheu de luz e cor à medida que as pessoas a iam vestindo com os seus desejos de uma esperança renovada de vida...

Quero agradecer à ASAI, por se lembrar sempre de nós e por nos proporcionar sempre bons momentos. O meu desejo exposto nesta árvore é que continuem sempre assim...

**Ana Jesus M.**



# ANIVERSÁRIOS:

## NOVEMBRO

**Antonieta I.  
Gracinda A.  
Maria M.  
Deonilde T.  
Donzília S.  
Irene M.  
Augusta M.  
Alcina B.**

## DEZEMBRO

**Marieta V.  
Amélia A.  
M<sup>a</sup> Luísa L.  
Teresa L.  
Florinda S.  
Guilhermina C.  
Júlia C.  
Sofia M.**



**A Equipa do “O Nosso Jornal” deseja felicidades às aniversariantes que completaram mais uma primavera nestes meses.**



# VENDA DE NATAL

A venda de natal no nosso Centro decorreu entre os dias 24 de novembro e 5 de dezembro do ano que passou.

Como é habitual, o Serviço de Terapia Ocupacional, tinha tudo muito bem orientado. Pelas 14:30 horas já estávamos todas no átrio, ansiosas, à espera para entrar. Foi então, após umas breves palavras ditas pela nossa superiora, Ir. Maria Fernanda Ramos, quem cortou a fita, que pudemos conhecer o espaço da venda. Também tivemos o privilégio da presença da nossa diretora, Dra. Ana Varandas, nestes momentos da inauguração.

Os trabalhos, elaborados por nós, e não só, davam um colorido bonito a todo aquele espaço. Estavam expostos desde xales, ponches, capas, aventais, panos, pinturas de desenhos e objetos, crochet, palhaços, ...e muitos outros, impossíveis de enumerá-los todos.

Felizmente houve muitas vendas. Embora já tenhamos uma idade avançada e precisemos de ajuda, os artigos estavam muito bem-feitos e bonitos. Muitas prendas de natal, ali foram compradas. A diversidade era muito grande e os preços também acessíveis. Como sempre, o tirar as rifas, constituem momentos de alegria contagiante, sobretudo pela surpresa do objeto, que a cada uma saía.

Muitos familiares, colaboradores, irmãs, visitas, ... marcaram presença e algo compraram.

Miminhos, também eram oferecidos, como licores, anis, ... e bombons deliciosos, a quem visitava a venda.

Iniciativas como esta são muito boas porque por um lado valorizam o trabalho que fazemos e por outro, aproxima-nos ainda mais da família, que vêm ver os nossos trabalhos, tendo uma maior consciência daquilo que ainda fazemos, no Centro.

Bem hajam!

**Inês V.**

# Festa de Natal na SMUP

No passado dia 13 de dezembro de 2016 participamos numa festa de natal, a convite da freguesia da Parede-Carcavelos, que decorreu na Sociedade Musical da Parede.

A festa teve início pelas 15 horas com música ambiente, seguindo-se uma tarde de fados. As mesas estavam muito bem decoradas com cores alusivas ao natal. Sobre ela iguarias como sonhos, rabanadas, broas, sandes de queijo e fiambre, envoltas num “cabaz surpresa” colocado ao centro de cada mesa. Só reparamos quando chegou a hora do lanche, e tiramos a fita que compunha o laço. A doçaria surgiu, para grande espanto nosso. A acompanhar havia sumos diversos.

Durante o lanche outra música surgiu, e pouco a pouco a pista de dança foi enchendo. Algumas de nós ainda deram “um passo de dança”. Também foi bonito observar os outros e verificar que ainda há muitos e bons dançarinos da minha idade.

A alegria era contagiante e uma boa tarde de convívio estávamos a viver. Poder sair e estar num outro ambiente que não o nosso e poder conviver com outras pessoas é muito bom e faz-nos bem.

Eu gostei imenso de ter participado nesta festa, e louvo todos aqueles que organizam e desenvolvem eventos que permitem o intercâmbio entre diferentes Centros da nossa freguesia.

Um obrigado muito grande, e votos de um ano de 2017 repleto de muita saúde e paz para todos.



**Idalina G.**

# Festa de Aniversários de Novembro

No passado mês de novembro, festejamos os aniversários com uma grande festa, repleta de surpresas!

Como habitualmente, iniciamos a festa, pela manhã com uma eucaristia, dando graças, pelo dom da vida concedido a todos quantos festejaram

mais um aniversário neste mês. À tarde, a festa recreativa, teve o seu início por volta das 14h45, com a presença de um grupo convidado que veio da Serra das Minas (Sintra) para nos encher de alegria com as suas músicas, tão bem por nós conhecidas, e que nos fizeram recordar tempos da nossa mocidade.



Ainda sob a presença do grupo do Canto Alentejano da AFAPS – Associação de Famílias como Parceiro Social da Serra das Minas, os parabéns foram cantados alegremente por todos naquela tarde.

Seguiu-se a entrega das prendas e o delicioso lanche, onde pudemos saborear um bom bolo de aniversário, gentilmente, confeccionado pelas nossas queridas cozinheiras. Mais um dia, como muitos (aliás), bem passado e divertido! -Bem-haja a todos.

**M. Alice S.**

# A GRAÇA DE DAR

Tudo o que possuímos nos foi dado por amor.  
A vida, o que somos, tudo quanto temos  
Gratuitamente, sem merecimento, o recebemos  
De Deus, Nosso Pai e Senhor.  
Tudo que disfrutamos e possuímos  
Foi graça que nos deu Deus  
Para o podermos partilhar, por outros filhos Seus  
Que se venham a cruzar em nossos caminhos.

Todo o ser criado sabe conjugar o verbo dar:  
O Sol dá luz para a Terra iluminar  
A nascente dá água, para, quem tiver sede, beber  
A Lua dá o luar para, à noite, podermos ver  
A chuva dá água, para, as plantas regar  
A árvore dá fruto para o podermos comer  
A floresta dá oxigénio para podermos respirar  
Os animais dão-nos alimento, para podermos viver  
O coração dá amor para amar todo o irmão  
A vida dá tempo para podermos conviver  
E, para o outro nos darmos, ser ocasião.  
Dar, dar-mo-nos, sem nada esperar  
É saber interpretar os verbos dar e amar  
Sabê-los aplicar e, sem orgulho, os praticar.



Li, ontem, algo, que, por vezes, não pensamos:  
"Viver com amor é dar o nosso tempo a quem amamos"  
Aqui, viver, amar e dar, de braço dado, vão andar  
Para, os outros, podermos abraçar.  
Deus, dois braços nos quis dar  
Para melhor, contra nossos corações, apertar  
Todo aquele que, do nosso carinho, está a precisar.  
Dar, significa renunciar ao que nos pode agradar  
Para, o outro, o poder receber.  
Renunciar ao nosso tempo, ao nosso lugar  
Para, ao próximo, o podermos oferecer  
E tudo o que, em nós, possa existir  
Os outros, de graça, o venham a possuir.

Amemo-nos e demo-nos a todo o irmão  
Demos, de graça, o que o Senhor põe à nossa disposição:  
O nosso tempo, a nossa vida, algum do nosso pão.  
Em contrapartida de Deus iremos receber  
A alegria plena da nossa doação  
A riqueza de um pobre e humilde coração  
A felicidade eterna que iremos merecer.

**Gabriela P.**

# Vai Acontecer:



## **JANEIRO:**

**07: Festa dos Reis**

**19: Tarde de Cinema**

**26: Festa de Aniversários**

## **FEVEREIRO:**

**10: Comemoração Dia Mundial Doente**

**14: Dia dos Afetos**

**23: Festa de Carnaval e Aniversários**

## Tempo de Natal

O Natal, é para mim, a grande festa da família, e a mais bonita do ano!

É nesta data que sentimos que estamos mais perto de Jesus Cristo, e é por isso, uma festa muito especial para mim, pois é quando estou junto dos meus entes queridos, o meu filho, a minha neta e a minha nora, que, por residirem no estrangeiro não posso privar com eles tanto quanto gostaria.



O Natal é uma data importante para todos os cristãos, que simboliza, o nascimento de Jesus, e que renova nos nossos corações, a esperança, a alegria, a partilha e a fraternidade. Mas é também um momento de reflexão, em que pensamos no que fizemos ao longo do ano que está agora prestes a terminar, damos graças por todas as bênçãos recebidas, mas também, e não raras as vezes, perdoamos a quem nos magoou.

Só assim, poderemos viver verdadeiramente o espírito de Natal, abrindo os nossos corações para receber Aquele que deu a vida por todos nós.

**Elisa B.**