

JORNAL HOSPEDARIA SÃO JOSÉ

QUEM NÃO O COMPRA, NÃO SABE O QUE ELE É!

JULHO—SETEMBRO 2018 | TRIMESTRAL | N.º 03 | GRATUITO



Julho e Agosto foram meses bem agitados na nossa casa. Inicialmente, procedemos à construção do placar de Verão dando destaque ao fundo do mar e à preservação das espécies que nele habitam.

Como Julho trouxe muito calor, aproveitámos para refrescar o nosso lanche com um gelado, de forma a comemorar o Dia do Gelado. Ainda neste mês recordámos o filme “Aldeia da Roupa Branca” com a atriz Beatriz Costa e confecionámos a tradicional Açorda Alentejana com as típicas sardinhas assadas.

O bom tempo destes meses permitiu-nos realizar inúmeras atividades no nosso espaço exterior e entrar em contacto com a Natureza, mas o maior destaque deste verão foi a celebração do Dia dos Avós. Neste dia, recebemos a alegria e a animação de um grupo de crianças e jovens de Vendas Novas e os nossos residentes foram surpreendidos com mensagens de felicitações dos seus netos.

Por fim, o mês de Setembro centrou-se na consciencialização da importância da reciclagem através da elaboração de ecopontos, mas também comemorámos o Dia Mundial da Gratidão com o envio da mensagens. No final do mês, os clientes realizaram uma sessão fotográfica para o Dia Internacional do Idoso com a profissional Sandra Ventura.

AS ATIVIDADES INTERGERACIONAIS NAS INSTITUIÇÕES DE 3ª IDADE

As atividades intergeracionais proporcionam momentos prazerosos e benéficos entre duas gerações. A sensibilização e o contacto com a pessoa idosa, e mudanças na postura e satisfação dos mais velhos são algumas das mais-valias.

Durante os meses de Verão, os clientes da HSJ realizaram diferentes atividades com os jovens do Centro de Estudos e Workshops de Vendas Novas, dirigido pela Elsa Duarte, e os resultados foram bem visíveis e encarados como uma experiência rica para ambas as partes.

Os clientes e a equipa da HSJ agradecem ao centro de estudos o interesse, o carinho e a disponibilidade.



A GRANDE ENTREVISTA

Na terceira edição do jornal, os clientes entrevistaram a Dr.ª Vanda Catarino, a Animadora e Psicomotricista da Hospedaria São José. **Qual foi o percurso académico e profissional da Dr.ª Vanda até chegar à Hospedaria São José?**

O meu percurso académico iniciou-se em 2009 na Universidade de Évora, quando integrei a licenciatura em Reabilitação Psicomotora. Em 2014 entrei no Mestrado em Psicomotricidade Relacional. Para possuir mais conhecimentos realizei uma formação avançada em Animação Sócio-Cultural com Idosos. A nível profissional, comecei por ter experiência com jovens e adultos com deficiência, mas sempre trabalhei com pessoas idosas em lares, centros de dia, serviços de apoio domiciliário e voluntariado, sendo esta a minha área de eleição. Entrei na equipa da HSJ em 2016, mas também trabalhei com crianças ao nível da atividade física e desportiva e da expressão corporal.

Porque razão trabalhar com pessoas idosas é a sua área de eleição?

A geriatria é a minha área de eleição, porque o contacto e a relação que possuo com a população idosa faz-me sentir realizada enquanto pessoa e profissional. É gratificante apoiar, ajudar e dar o melhor de mim à pessoa idosa, e no final sentir que a maior recompensa é o seu sorriso e a nossa amizade.



Quais as principais funções da Animação e da Psicomotricidade junto dos clientes da HSJ?

Um dos principais objetivos da Psicomotricidade e da Animação junto dos clientes da HSJ é dar qualidade de vida. A entrada de idosos na nossa casa resulta de problemas de saúde que afetam gravemente a sua parte motora e/ou psicológica. Após uma avaliação inicial, a Psicomotricidade e a Animação é aplicada no sentido de melhorar e capacitar as dificuldades sentidas, sem esquecer de atuar a nível preventivo noutras dimensões, que acabam por estar carentes nesta altura devido ao processo de envelhecimento, de forma a promover um bem-estar cognitivo, emocional, social e físico.

Por fim, que ensinamentos retira do contacto com os clientes da HSJ?

A valorização da vida, a sabedoria popular que me encanta e o respeito que é necessário ter pelo próximo.

Questões elaboradas pelos clientes da HSJ



| Rua Beatriz Costa, Afeiteira, Vendas Novas



| 265 890 175



| fb.me/hospedariasjose



HOSPEDARIA SÃO JOSÉ

Lar de Idosos e Centro de Dia

Alvará n.º 04/2016 Alvará n.º 05/2016

COISAS DE OUTRO TEMPO

Nesta edição do jornal, referimos uma profissão muito antiga que garantia a iluminação das zonas públicas antes de existirem as lâmpadas elétricas, respetivamente o Acendedor de Candeeiros.

Este profissional trabalhava para a casa do povo e antes de anoitecer percorria as ruas para garantir a iluminação dos candeeiros que se encontravam em zonas estratégicas.

Em postes de ferro ou de madeira, os candeeiros eram acessos como as antigas candeias em petróleo, também conhecidas por petromax. Assim, o Acendedor fazia-se acompanhar de uma escada, de um recipiente onde levava petróleo, fósforos e de uma vara comprida. Quando chegava junto dos candeeiros, este profissional colocava a ponta da vara, adaptada para esta situação, em chama e assim iluminava os candeeiros.

Quando amanhecia, o Acendedor de Candeeiros percorria novamente as ruas para apagar e limpar os candeeiros, e abastecia os mesmos com petróleo.



Informações obtidas pelos clientes da HSJ

MOMENTO AUTOBIOGRÁFICO

Nesta nova edição do nosso Jornal Hospedaria São José— *Quem não o compra, não sabe o que ele é!*, vamos apresentar a nossa cliente Iria Emília Costa que reside connosco à cinco anos.

Prestes a completar 98 anos de idade em Dezembro deste ano, a Iria nasceu e foi criada em Vendas Novas pelos seus pais nos Campos da Rainha, juntamente com os seus dez irmãos, três rapazes e sete raparigas. Com uma infância pobre mas alegre, a Iria em criança, adorava jogar ao “pisa-pisa, abre”, atualmente conhecido como o jogo da macaca, com os seus irmãos e amigos. Apesar de residir junto à escola dos Campos da Rainha, nunca teve possibilidade de frequentar a mesma.

Os trabalhos do campo como a monda do arroz, trigo, apanha da azeitona, milho, entre muitos outros, ocuparam a sua vida profissional e foram o seu sustento. Aos 18 anos começou a namorar com o seu futuro marido Joaquim “Gafo”, como era conhecido, e aos 22 anos juntaram-se e passado um ano tiveram a primeira filha.

Com uma energia contagiante, a Iria afirma ser *“uma mulher feliz, porque adorei o meu marido, que foi sempre meu amigo, e adoro os meus seis filhos, nove netos, doze bisnetos e restante família”*.



Informações partilhadas pela cliente Iria Costa

RECEITA DA SOPA DE TOMATE ALENTEJANA

INGREDIENTES (4 PESSOAS):

1 kg de tomate maduro; 1 cebola grande; toucinho entremeado; 1 linguiça; 1 alho; 1 folha de louro; 5 ovos; 500 g de pão duro; água (q.b.); sal (q.b.).

MODO DE PREPARAÇÃO:

Corte o toucinho e a linguiça às tiras e rodelas para um tacho e coloque a fritar. Quando o toucinho estiver amarelado, retire os ingredientes para um prato à parte. Com a gordura que fica no tacho, coloque a cebola e os dentes de alho picados, a folha de louro, o tomate sem pele e pevides corto aos pedaços, e acrescente água e sal a gosto. Deixe o tomate cozer e apurar. Junte e envolva um ovo batido no preparado e, de seguida escalde quatro ovos. Acompanhe a tomatada com pão às tiras no seu prato, sem esquecer o toucinho e a linguiça frita. Bom apetite!



Receita descrita pelos clientes da HSJ

CANTINHO DAS LENGALENGAS E ADIVINHAS

Tico-tico maçarico,
Não tem cu, nem pé, nem bico.
E o filho que dele é,
Já tem cu, bico e pé.
Quem sou eu?

Capitolina Silva

Quem está em altos pendentos
Abre a boca e cai os dentes?

Narcisa Silva

Qual é a árvore que dá três frutas
num ano?

Capitolina Silva

Uma velha muito velhinha,
Com três filhinhos na barriguinha,
E um pauzinho espetado no cu.
Agora adivinha tu?

Narcisa Silva

Era uma vez uma velha,
Muito velhinha,
De quatro saias, coitadi-
nha,
Que já mal podia andar.

Encostada ao seu bordéu,
Sempre olhando para o
céu,
E a estrada a passar,
Ouviu um cão a ladrar.

A pobrezinha parou
Olhou logo assustada,
Tentou fugir, mas caiu,
A pobrezinha coitada.

Disse depois uma menina,
Muito formosa e ladina,
Que à velhinha deu a mão,
“Eu levanto-a avozinha,

“E levo-a à minha casinha,
Vou pedir à minha mãe,
Remédio para a curar.”
E a velhinha levantada, dis-
se-lhe assim,

“Não foi nada meu amor,
meu anjo, minha flor,
Deus pague a tua bondade,
Com muita felicidade.”
Disse a velhinha a chorar.

Gertrudes Fernandes