

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA GUARDA

Dezembro 2016
Trimestral
Distribuição gratuita



Unidade de Cuidados Continuados, 10 Anos pág. 4

Entrevista a Rita Morais pág. 14

Viver o Natal

Motivados pelo Jubileu da Misericórdia

Encerrou o Jubileu Extraordinário da Misericórdia convocado para assinalar o 50º aniversário da conclusão do Vaticano II.

Em Roma foi encerrado pelo Papa Francisco, no dia 20 de novembro; nas dioceses, 8 dias antes, como superiormente recomendado.

Fechou-se a porta santa, mas não se fecharam as portas da misericórdia de Deus, que continuam para sempre abertas.

Como diz o Papa Francisco, na carta apostólica assinada no dia seguinte ao encerramento deste Jubileu e intitulada “Misericordia et misera”, “termina o Jubileu e fecha-se a porta santa, mas as portas da misericórdia do nosso coração permanecem sempre abertas de para em par” (nº 16). E abertas para sair ao encontro dos que precisam, principalmente através da prática das 14 obras de misericórdia.

Como lembra também a mesma carta apostólica, “é a hora de dar espaço à imaginação, a propósito da misericórdia para dar vida a muitas obras novas” (nº 18). E isto sim, porque a prática das 14 obras de misericórdia não pode ser igual hoje ao que era ontem. Temos de levar em linha de conta as diferenças de tempo e de lugar, precisamente aquelas que nos impõe a vida das pessoas concretas a quem queremos dar a necessária atenção e ajuda.

Hoje, de facto, continua a haver populações inteiras a padecer de fome e de sede; crianças abandonadas, em grande número e muito perto de nós, como chamou a nossa atenção uma notícia recentemente divulgada



a propósito desta região da Guarda; pessoas adultas a emigrar para fugirem aos horrores da guerra e da fome ou para encontrarem formas mais dignas de subsistência; prisões onde os reclusos esperam uma visita amiga e encorajante.

Estas realidades encontram pela frente uma cultura dominante marcada pelo individualismo exacerbado que faz esquecer o valor fundamental da solidariedade e a responsabilidade social para com os outros. Há, por isso muito que fazer para criarmos uma sociedade onde todos se sentem bem acolhidos e orientada pelo sentido dos outros e pela misericórdia para com eles.

E para isso há caminhos não andados pelo menos até ao fim que esperam iniciativas corajosas e inovadoras de práticas das 14 obras de misericórdia, tanto as corporais como as espirituais. Precisamos todos – pessoas,

famílias, instituições e comunidades – de saber arregaçar as mangas para sair ao encontro de tantas pessoas que habitam as variadas periferias da nossa sociedade e lhes restituir a dignidade perdida convidando-as a participar, como todos os outros, na construção de uma sociedade nova.

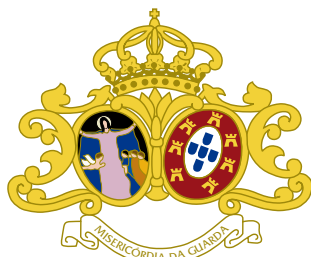
E neste esforço, para além de responder a situações pontuais onde a dignidade das pessoas não é respeitada, precisamos de unir esforços e criar uma nova cultura imbuída de misericórdia, uma cultura onde ninguém olhe para o outro com indiferença, nem ceda à tentação de virar a cara quando vê o sofrimento do irmão. É possível, como também lembra o Papa, na mesma carta apostólica promover uma verdadeira “revolução cultural”, precisamente a partir de gestos simples que toquem de facto a vida das pessoas concretas com as quais nos cruzamos todos os dias.

A Irmandade da Santa Casa da Misericórdia da Guarda é também chamada a empenhar-se no esforço para promover esta revolução cultural, onde as relações humanas e os compromissos sociais levem sempre a marca da misericórdia.

E que este natal, o primeiro depois do Jubileu da Misericórdia, a todos nos motive para continuarmos o gesto surpreendente de Deus que decidiu enviar o seu próprio e único Filho Jesus Cristo para revelar ao mundo a abundância do seu infinito amor de misericórdia.

+Manuel R. Felício, Bispo da Guarda

Editorial



Passamos uma época de comemorações da fé cristã, do nascimento de Jesus, o Cristo redentor. Contudo, mais que festejarmos, devemos preparar-nos para lançar alicerces de verdadeira humanidade pois é esta uma das maiores mensagens a extrair do sacrifício de Jesus Cristo. Este é o escopo das Irmandades da fé Cristã nas quais se incluem as Misericórdias.

Não deixa pois, de ser a ação da Santa Casa da Misericórdia da Guarda, sendo este o espírito que norteia a ação da sua Mesa Administrativa para mais um ano de trabalho em prol dos seus utentes e dos seus trabalhadores.

Com um plano de atividades e orçamento já aprovado, não deixando de precaver o equilíbrio das contas, o que nos permite alcançar os desígnios do seu Compromisso, nem por isso deixa de ser uma missão deveras difícil, pois, o mundo moderno e as contingências socioeconómicas que o país atravessa, não nos aportam qualquer segurança do seu necessário cumprimento.

Mas e sempre imbuídos na esperança e fé, mantemo-nos atentos ao desenrolar das situações, não descuidando o exato cumprimento das propostas efetuadas e, por certo, tomaremos as decisões que se impuserem.

Não podemos deixar de mencio-

nar que desenvolvemos estudos de reorganização dos serviços administrativos, onde pretendemos a introdução de fatores de melhoria, tais como a qualidade, eficiência, celeridade e prontidão, sempre no objetivo de bem servir. Para atingirmos este desiderato estão a ser efetuadas auditorias às várias componentes, incluindo ao seu já muito obsoleto sistema informático.

Conciliar a modernidade com a função da Misericórdia da Guarda tem sido um dos objetivos perseguidos, atente-se pois na instalação do controlo de entradas e saídas através dos dados biométricos já instalados no Lar da Guarda, no Lar da Vela e recentemente na Unidade de Cuidados Continuados.

A este propósito, comemorou-se o 10º aniversário desta Valência, tendo-se efetuado pelos nossos enfermeiros um rastreio de saúde. Aliás, os serviços desta Unidade pautam-se pela excelência da humanidade com que são executados.

Já desde há muito decidido, está a intervenção nas torres da Igreja da Misericórdia que, tal como já aprovado, irá ser executado. Este ícone da nossa Instituição tem vindo a sofrer permanentemente obras de manutenção e

melhoria; recorde-se a instalação do aquecimento e a recuperação das portas.

As melhorias entretanto produzidas na Creche e Jardim de Infância, com a remodelação do espaço, tem produzido o seu efeito, com notório aumento de crianças a frequentar a valência.

Não podíamos deixar de mencionar a excelência do trabalho da Escola de Música (Conservatório), apreço este reconhecido publicamente, culminado com a entrega pela Edilidade da Medalha de Prata da cidade. Tal só foi possível pela cooperação estreita entre o Conselho Pedagógico e a Mesa Administrativa, o esforço e empenho dos seus docentes e funcionários. Não podemos deixar de realçar a qualidade e empenho dos seus alunos, sempre em progresso, numa exigência infindável de aprendizagem, aos quais, resta-nos deixar uma palavra de incentivo. A estes jovens pedimos que não se deixem de nortear pelos padrões de excelência a que já nos habituaram, não só como alunos, mas essencialmente como pessoas.

Por fim, desejamos a todos, sem exceção, um Bom Ano de 2017.

Alexandre Branco (Vice Provedor)

Ficha Técnica | Revista Trimestral

Propriedade: Santa Casa da Misericórdia da Guarda, Rua Francisco dos Prazeres, 7 - 6300-690 Guarda, Telf. 271 232 300, www.scmguarda.pt · scmgnoticias@gmail.com; **Direção:** Mesa Administrativa; **Coordenação:** Teresa Gonçalves;

Capa e Contra-Capa: Presépio (Igreja da Misericórdia).

Execução gráfica: Marques & Pereira, Lda.; **Depósito Legal:** 372896/14; **Tiragem:** 1000 exemplares.

A opção da grafia, observando ou não as regras do novo acordo ortográfico é inteiramente da responsabilidade dos autores dos textos.

Unidade de Cuidados Continuados | 10 Anos

Com base no Plano Nacional de Saúde 2004–2010, que previa uma abordagem multidisciplinar dos Serviços de Saúde, foi publicado em 2006 o Decreto-Lei nº 101/2006, de 6 de Junho, que criou a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI), envolvendo os Ministérios da Saúde e do Trabalho e da Solidariedade Social permitindo assim a sustentabilidade e crescimento de uma Rede, definindo o financiamento em função das tipologias e fazendo depender estas, do tipo de cuidados a prestar numa relação direta com a patologia e a recuperação esperada.

Após um período de encerramento de unidades de saúde de proximidade, relacionadas com as alterações vividas desde os anos 60, em que se iniciou o processo de inversão da pirâmide etária, com envelhecimento das populações, associado ao êxodo do tecido produtivo e daquilo que seria a base de apoio aos mais idosos e mais frágeis, percebeu-se perante esta nova realidade a necessidade de instalar novas Unidades com novas equipas e novos desafios.

As alterações sociais e demográficas verificadas ao longo das últimas décadas nas sociedades ditas desenvolvidas, fez surgir novas necessidades de saúde e principalmente de apoio social.

As doenças crónicas de evolução prolongada, a necessidade de liber-

tar camas de agudos de forma mais precoce, a crescente utilização de técnicas de reabilitação e reintegração, mas também as situações de grande fragilidade e de perda de autonomia, consequência de intervenções mais agressivas. Na realidade, o aumento da esperança média de vida, fruto do desenvolvimento científico e tecnológico e a dificuldade de procurar apoio no



âmbito da família ou do ambulatório, aumentam as necessidades cada vez maiores de cuidados de saúde mas também de apoio social.

A implementação da Rede, que teve o seu início em Outubro de 2006, foi progressiva e desenvolveu-se em três fases, tendo o Governo de então definido, que no ano que corre, se atingiriam uma série de metas.

A Guarda através do arrojo e coragem dos dirigentes da Santa Casa da Misericórdia, fez então parte das experiências-piloto, utilizando cerca de 1/3 das camas reservadas para a Região Centro em conjunto com outras Instituições de Coimbra, Castelo Branco e

Viseu, tendo sido pioneira na tipologia de convalescença em conjunto com Coimbra.

A Guarda, arrancou de forma corajosa com as 3 tipologias, que ainda hoje mantem.

Formou-se uma equipa em que numa fase inicial se mesclou a juventude com a experiência, criando-se uma estrutura competente e humanizada.

De realçar que a Unidade não admite diretamente doentes nem está envolvida no processo, sendo o encaminhamento da responsabilidade das equipas de gestão de altas e coordenação local, compostas por médico, enfermeiro e assistente social, criadas respetivamente nos hospitais e nos centros de saúde.

Recebemos diversas patologias, mas as mais frequentes são o Acidente Vascular Cerebral e estados pós cirurgia ortopédica, além da patologia neurológica, infecciosa e cardíaca, carecendo de uma resposta multidisciplinar.

Para dar resposta, dispomos de uma equipa de Médicos, de Enfermeiros, de Fisioterapeutas, Terapeuta da Fala, Nutricionista, Animador Socio Cultural, de Assistentes Técnicos e Farmacêutica, cuja missão primordial é dar continuidade a tratamentos e reabilitar o “cliente” para que possa integrar-se de novo no seu espaço ou habilitá-lo e ou treiná-lo para as adaptações que venha a carecer.

Quando refletimos á volta dos números de “clientes” tratados em convalescença ao longo dos 10 anos, verificamos que ultrapassa o milhar, oriundos principalmente dos distritos da Guarda, Castelo Branco e Viseu.

A grande preocupação centra-se agora na formação dos profissionais, na melhoria do espaço físico e sua modernização, na ampliação das áreas de trabalho, nomeadamente do ginásio e áreas de lazer, no incremento de utilização da informática como ferramenta de reabilitação.

Quando neste percurso de 10 anos nos perguntamos se estamos satisfeitos, obviamente que a resposta será não; não estamos satisfeitos, porque há tanto a fazer, há tanto ainda por fazer e tanto a modificar.

João Correia (Coordenador Clínico)



A melhoria dos cuidados de saúde prestados em Portugal traduz-se no aumento da esperança média de vida. Decorrente destas alterações demográficas surgem pessoas de idade cada vez mais avançada e, consequentemente, mais dependentes e com doenças crónicas e incapacitantes.

A necessidade de criação de novas respostas para esta população obrigou a uma reorganização dos cuidados de saúde em Portugal. O mérito da parceria entre o Ministério da saúde e do Ministério do Trabalho e Solidariedade Social é inquestionável, tendo sido



concebidas um conjunto de respostas que visam apoiar a pessoa em situação de dependência.

A Unidade de Cuidados Continuados da Santa Casa da Misericórdia da

Guarda, tem prestado cuidados multidisciplinares a pessoas dependentes e às suas famílias/cuidadores, permitindo a melhoria da sua autonomia e muitas vezes a sua reintegração sócio familiar. Embora seja explícito que as unidades da rede se destinam a pessoas dependentes independentemente da sua idade, se analisarmos os dados dos doentes internados da nossa unidade nos últimos 5 anos, torna-se evidente que a maioria são idosos, a idade média ronda os 75 anos independentemente da tipologia.

Carla Rodrigues (Enfermeira Directora)

Rastreio de Saúde

Nos dias 17 e 18 de Dezembro os profissionais da Unidade de Cuidados Continuados (UCC) da Santa Casa da Misericórdia da Guarda, com o objetivo de comemorar o 10º aniversário desta unidade, realizaram um rastreio de saúde gratuito para a população em geral.

Durante os dois dias compareceram nas instalações da Misericórdia 104 pessoas com idade compreendida entre os 19 e os 86 anos para a realização do rastreio, sendo a maioria do sexo feminino (69 pessoas). Foram realizados testes com intuito de

avaliar o risco de Diabetes tipo 2 e o risco de desenvolver doença cardiovascular; os testes incluíram avaliação de parâmetros como IMC (Índice de Massa Corporal), perímetro abdominal, tensão arterial, valor de glicémia e valor de colesterol total. Foram realizados esclarecimentos à população atendendo ao seu nível de risco, bem como o fornecimento de folhetos informativos sobre a temática.

Também foi possível esclarecer a população sobre o trabalho desenvolvido na UCC no que respeita a intervenção das diferentes áreas

profissionais. Foram também divulgados alguns dados sobre os doentes internados na unidade no que diz respeito ao número de doentes por tipologia, patologias mais frequentes, idade, género e proveniência.

Foi evidente o contentamento das pessoas rastreadas, manifestando desejo de que este evento se realize com mais frequência. O êxito deste evento só foi possível graças ao empenho e dedicação de todos os profissionais envolvidos na organização, para os quais eu gostaria de manifestar todo o meu agradecimento.

Carla Rodrigues (Enfermeira Directora)



Lar na Guarda

Memórias de Natal

Por: Teresa Gonçalves

Fernando Dias nasceu em Lisboa, na Charneca do Lumiar, no seio de uma família que na altura não tinha vivências religiosas. Do Natal de então, o que consegue recordar é um tempo de consumismo: “A parte religiosa não havia nada” – diz. Tudo mudou quando, por causa da profissão do pai a família se mudou para a Guarda. “O meu pai era militar e veio para aqui (...) eu e os meus pais não tínhamos nenhum fundamento religioso. Os meus Pais nem eram casados pela Igreja. Com sete anos não era baptizado”. Recorda que, já na Guarda, foi uma senhora do Bairro onde vivia que o levou para a Igreja. “Andava a brincar perto da capela do Bonfim e uma senhora perguntou-me se não ia para a catequese (...) conseguiu convencer-me e mais tarde acabou por ser minha madrinha de baptismo”. Fernando lembra esse dia como um momento maravilhoso. A partir daí desenvolveu o interesse pela religião Católica. O Natal passou a ter outro significado e tudo mudou na própria família. A madrinha de baptismo passou a ser a mentora religiosa. Muitas outras mudanças e descobertas acabaram por se seguir na vida espiritual de Fernando. “Depois da instrução primária fui para o Seminário e aí tive maior conhecimento de Jesus Cristo (...) fiz quatro anos no seminário e depois saí porque fiquei doente dos pulmões”. O aprofundar das ligações à Igreja continuaram: “Fiquei sempre ligado aos movimentos Cristão e o Natal para mim começou a ser uma coisa diferente. O Natal deixou de ser aquela época de con-



sumismo extremo (...) começou a ser voltado para os outros. Ensinar-me que Jesus Cristo nasceu para poder morrer como homem, para salvar os homens, e eu comecei a apaixonar-me por essa ideia (...) fui dirigente de diversos movimentos de religião”. Ainda no percurso de Fernando Dias, outra grande influência foi a da esposa, uma “ferverosa” praticante da Religião Católica.

Aos 88 anos, Fernando Dias é um bom conversador, mostrando ter ideias claras sobre os tempos actuais: “À medida que a sociedade se vai laicizando, vão-se esquecendo os valores religiosos e vão-se admintindo os valores profanos (...) esta coisa do Pai Natal que veio substituir o menino Jesus, pode ser uma tentativa de

alguns grupos levarem as pessoas a uma vivência pagã(...)”.

Agora, já no papel de avô, admite que existe um pouco de consumismo por causa dos netos “Temos os netos, temos que dar prendas aos netos [risos]”. E Fernando Dias, gosta de receber presentes? “Gosto, gosto [risos]... não gosto que se estejam a preocupar muito comigo, mas gosto, é um sinal de amizade, de estima e afeição”.

Para lá da vivência espiritual do Natal, dos cânticos dá época, Fernando Dias confessa: “Gosto de ver os enfeites nas ruas. Aquelas luzes formidáveis!” Sobre as iguarias desta época diz não ser um bom garfo, mas gosta de Bolo Rei.



Maria da Graça 88 anos

“Os Natais mudaram um bocadinho” A afirmação é de Maria da Graça. Do Natal de outros tempos tem uma lembrança principal que lhe enche a memória. As grandes fogueiras e as doçarias feitas em casa. “Faziam-se as filhoses, as rabanadas, às vezes sonhos e arroz doce”. Para além da mesa farta, Maria da Graça destaca a grande reunião de família na ceia da consoada. “No tempo dos meus pais havia muita gente. Muita família e os criados. Na ceia de Natal eram as batatas as couves e o bacalhau. Todos à mesa, por volta das oito, nove da noite, sempre com um grande tronco que ia ardendo(...) Dois ou três dias antes faziam-se os doces, os fritos: que se podiam guardar. Depois tínhamos um hábito: aquecer leite onde se deitavam pedaços de chocolate que se deixavam derreter lentamente(...) a mesa estava sempre posta e havia uma tradição. Os meus pais colocavam sempre um lugar a mais, onde se colocava também um prato e talheres. Não sei porquê, era hábito. Era assim no tempo dos meus pais e avôs(...) Tenho muitas saudades dos Natais que vivi. Tanto aqui, como em África como em todo o lado. Tenho saudades daquele Na-

tal vivido, aquele Natal com a família, passado à volta da lareira. Agora muitas pessoas já passam o Natal no Hotel. Vão jantar nos hotéis. Não fazem nada em casa. Isso para mim não é Natal, mas eu já sou antiga!” Ainda nas memórias de outros tempos o menino Jesus, figura principal do Natal. Naquele tempo as árvores enfeitadas não tinham lugar.

Para **Maria Fernanda Antunes** 77 anos, também o Natal está diferente, em pequenas coisas que aquecem as recordações: “Já não há grandes lareiras em casa. Agora são os aquecimentos centrais(...) depois muita gente já compra tudo feito.



Fazer as coisas em casa fazia parte do Natal. Era assim que se passavam os serões”. Ainda do tempo de meninice não se recorda de receber presentes. Mesmo assim diz que antigamente o Natal era mais divertido. “Apesar de eu ter vivido numa família pobre, havia sempre de tudo um bocadinho. Não faltavam os bolinhos de bacalhau e claro, as batatas cozidas com bacalhau e uma cebola cozida juntamente com as couves. Antigamente acabava o Natal e já estávamos a pensar no do ano seguinte”.

José Marques 87 anos, natural de

Casal de Cinza, guarda na memória da época Natalícia na aldeia da Pessolta a reunião familiar, mas também a reunião entre amigos. O encontro dos jovens da aldeia que não esquece. O frio não impedia passarem a noite na rua ao redor de uma grande fogueira depois da ceia. “O Natal era uma festa para os rapazes! Íamos buscar lenha, (com carros de bois) para fazer arder a noite toda”. Recorda ainda a missa do galo na qual todos participavam e que se realizava em Casal de Cinza. Naquele tempo também se recebiam alguns presentes. Eram ofertas úteis, como roupa, mas também havia brinquedos.

Alimentação Saudável

Dia 16 de Outubro comemorou-se o Dia Mundial da Alimentação. Mais uma vez foram preparadas diversas atividades, com o objetivo de promoção de uma alimentação saudável nas várias faixas etárias. Os temas foram preparados tendo em conta os principais problemas alimentares.

Foi realizada a atividade “Os 5 sentidos” na Creche e Jardim de Infância,

com o objetivo de identificar correctamente os diferentes alimentos utilizando vários sentidos sensoriais. No ATL foi realizada a atividade “Semaforo Nutricional”, com o propósito de distinguir alimentos que devem ser consumidos frequentemente dos que apenas devem ser consumidos raramente ou em épocas festivas. No Lar na Vela foi preparada uma formação expositiva com o tema “Quantidade de açúcar existente nos alimentos”, para elucidar os idosos sobre a quantidade de açúcar em produtos que são consumidos diariamente. No Centro de Dia da Guarda foi abordado o tema “Sal e os seus malefícios”, com o propósito de explicar quais os alimentos que contêm mais sal e como podemos diminuir-lo da nossa alimentação. No Centro de Dia da Guarda-Gare o tema falado foi “Alimentos com açúcar escondido”, de forma a explicar os malefícios do açúcar e técnicas para o reduzir gradualmente dos nossos hábitos diários.

Todas as atividades tiveram uma aceitação positiva, pelo que podemos considerar que a mensagem da promoção da alimentação saudável foi conseguida.

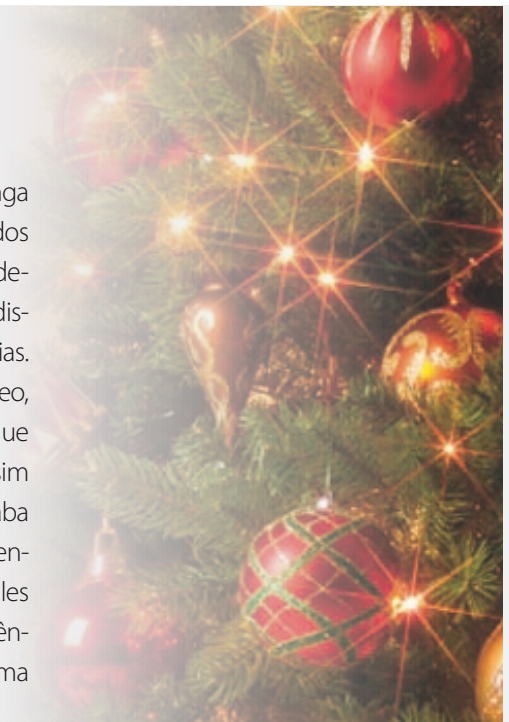
Ana Rosa (Nutricionista)

Tiago Novo (Nutricionista estagiário)



Cabazes de Natal

A distribuição dos cabazes de Natal a famílias carenciadas é uma longa tradição da Misericórdia da Guarda. Ao longo dos anos e por indicação dos Irmãos desta Santa Casa, vão sendo sinalizadas famílias carenciadas que, depois de devidamente identificadas, são incluídas na já longa listagem de distribuição, actualizada anualmente. Estão referenciadas cerca de 300 famílias. O cabaz é constituído por açúcar, arroz, farinha, massas diversas, leite, óleo, azeite, chocolate em pó e os tradicionais bacalhau e bolo-rei. Os artigos que compõem o cabaz são adquiridos a fornecedores locais, dinamizando assim a economia de proximidade. Esta entrega de géneros alimentares não acaba com as necessidades das famílias, mas tem por objectivo ajudar os mais carenciados a passar a época Natalícia de uma forma diferente. É um gesto simples para assinalar esta época que para alguns é mais complicada quer por ausência de familiares, quer por uma solidão indesejada, quer mesmo até por uma situação de desemprego.



Lar na Vela | Momentos

Setembro

No final de Setembro, um grupo de residentes participou num passeio a Lamego, mais concretamente ao Santuário de Nossa Senhora dos Remédios, organizado pela Câmara Municipal da Guarda para assinalar o Dia Internacional da Pessoa Idosa.

Os nossos residentes apreciaram muito, não só o local visitado, mas também toda a animação e convívio com idosos de outras Instituições do Concelho.

Outubro

No dia 01, comemorou-se o dia Internacional da pessoa Idosa, uma data muito importante para todos nós: cuidadores e técnicos de saúde.

No Lar na Vela procurámos de algum modo fazer sentir aos nossos residentes que o facto de terem no calendário um dia a eles dedicado, demonstra o respeito que a socie-

dade tem para com aqueles que já viveram muito, aprenderam muito, deram muito de si aos outros. Agora devemos ser nós a dar-lhes tempo e espaço, atenção e carinho.

Dedicámos algum tempo aos



cuidados com a imagem e beleza, sobretudo das senhoras. Ainda no dia dedicado aos Idosos, o senhor José Pereira fez a Celebração da Palavra na capela do Lar, durante a qual referenciou a importância da pessoa idosa na comunidade cristã e a forma como a velhice deve ser olhada com respeito no presente por parte daqueles que terão o privilégio de a viver também no futuro. Durante a tarde realizou-se um bailarico, animado pelas nossas funcionárias. Seguiu-se um lanche apropriado ao dia de festa onde não nos esquecemos de cantar os parabéns não só a todos os nossos idosos mas sobretudo aos que nesse dia faziam anos.



LAÇOS EM DESFILE

No dia 16 de Outubro decorreu na sala de espectáculos da valência o “Desfile do Laço”.

A ideia partiu do facto de, no mês de Outubro se assinalarem diversas efemérides: o Dia Mundial da Música, o dedicado à Pessoa Idosa, o dia dos Cuidados paliativos, o dia do Sorriso, e o dia Mundial da Alimentação.

A música acompanha momentos felizes dos nossos residentes, fazendo-nos dançar e sorrir. Nunca é demais lembrar por exemplo, a importância de uma alimentação equilibrada para manter em dia os laços com a saúde e o bem-estar.

Também o laço (cor de rosa) no mês de Outubro, simboliza a campanha de consciencialização, que tem como objectivo alertar as mulheres e a sociedade sobre a importância da prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama.

O nosso principal objectivo com o “Desfile do Laço” (fizemos questão de envolver familiares dos residentes e sobretudo as funcionárias não só do Lar na Vela como também da Cozinha Central), foi o de chamar a atenção para o que pode significar um LAÇO. Conseguimos nós, tão distraídos que andamos no nosso dia-a-dia, diferenciar um laço de um nó?



Se a família é a principal fonte de apoio informal para a pessoa com mais idade se poder manter com autonomia e ter um envelhecimento satisfatório, entre os nossos residentes existem laços afectivos, laços de amizade. Quando algum se chateia com o outro dizemos: romperam-se os laços. Da mesma forma que para os nossos residentes ter um cuidador um amigo não é coisa de um dia. São gestos, são palavras e sentimentos que se solidificam no tempo.

Foi uma actividade muito divertida e participada pelos nossos residentes e funcionárias em geral, que se enfeitaram a rigor. Reforçar os vários laços na nossa valência, para sermos mais felizes, é o nosso desejo.

Isabel Russo (Diretora)



Ida ao Dentista

Implantes Dentários

Os implantes dentários são utilizados para substituir as raízes dos dentes ausentes, suportando assim coroas ou próteses. Após a sua colocação cirúrgica, os implantes dentários estabelecem uma ligação saudável ao osso que chamamos de osteointegração. Constituem uma solução segura e extremamente confortável para o paciente, sendo a que mais se aproxima da denteção natural. Porém, não são a única solução, existindo outras como as próteses removíveis e fixas. Através dos implantes dentários podemos reabilitar desde a falta de um único dente até à ausência total de dentes num maxilar.

Uma questão que ainda suscita alguns receios, é se, a colocação de implantes dentários constitui uma cirurgia dolorosa. Os protocolos seguidos hoje em dia permitem que estas cirurgias sejam indolores e minimamente incómodas. Na maioria das vezes são realizadas apenas sob anestesia local tal como outros tratamentos dentá-

rios. No pós-operatório poderá haver um ligeiro incómodo e algum edema; o Médico Dentista irá prescrever os fármacos adequados a uma recuperação o mais cómoda possível.

Numa primeira fase, o Médico Dentista irá avaliar o caso e planificar o tratamento. Segue-se a fase cirúrgica, em que são colocados os implantes por meios cirúrgicos. Esta fase poderá compreender mais do que uma cirurgia, principalmente se houver necessidade de regeneração óssea na zona a reabilitar. A terceira fase é a fase restauradora, que pode ser iniciada logo no dia da cirurgia, dependendo dos casos, ou até seis meses após a mesma. Consiste nos procedimentos necessários para colocar a prótese sobre os implantes, por meio de moldes e provas laboratoriais que têm como objetivo atingir os melhores resultados tanto biológicos e funcionais como estéticos. Após esta fase surge a última, muito importante, a fase de manutenção, que tem como objeti-



vo a monitorização dos cuidados de higiene pelo paciente e pelo Médico Dentista, que são fundamentais para que os tratamentos sejam realmente duradouros.

É importante perceber que o tratamento com implantes dentários tem um elevado grau de eficácia nos pacientes com boa saúde oral e sistémica. Existem diversos fatores dos quais dependem o sucesso deste tipo de tratamento, tais como características anatómicas, hábitos de higiene oral, hábitos tabágicos, entre outros.

Deve sempre informar-se com o seu Médico Dentista que está habilitado a fazer uma avaliação de diagnóstico e a propor planos de tratamento adequados a cada caso.

Rita Vilar (Médica Dentista)

clínica do sorriso
RITA VILAR • MÉDICA DENTISTA



MEDICINA DENTÁRIA

CIRURGIA GERAL

ENDOCRINOLOGIA

PNEUMOLOGIA

MEDICINA GERAL E FAMILIAR

PEDIATRIA

PSICOLOGIA CLÍNICA

TERAPIA DA FALA

MEDICINA CHINESA

PODOLOGIA

ENFERMAGEM

NUTRIÇÃO | DIETÉTICA

OPTOMETRIA

Creche/Jardim de Infância

Festa de Natal



Novidade

Desde Outubro que o Jardim de Infância tem um espaço dedicado à Catequese. Os pais das crianças mais crescidas mostraram interesse nesta nova oferta e a maioria dos encarregados de educação inscreveu os filhos. São treze as crianças que participam na catequese que é dada por duas voluntárias que se deslocam ao nosso Jardim uma vez por semana. Uma das Catequistas, Helena

Santos, diz que é a primeira vez que ensina um grupo nesta faixa etária, um desafio que lhe foi lançado pela Misericórdia e que achou interessante. "Pelo menos quando vão para o primeiro ano já vão com algumas bases (...) ficam com a ideia das várias fases da Igreja. Comecei por explicar por exemplo o que é o Advento... a preparação do nascimento de Jesus. Eles têm curiosidade em saber quem é Jesus. Eu tenho a Bíblia para crianças e através das imagens contamos

histórias". Basicamente é através de imagens e desenhos e nesta fase do ano através das canções de Natal que as duas responsáveis pela catequese tentam passar a mensagem. Vão contando histórias e explicando a vida de Jesus. Para depois do Natal Helena Santos explica o que tem agendado: "Vamos introduzir a Ave Maria. Também através de desenhos vamos explicar o significado e depois sim, vamos ensiná-los a rezar".

Por: Teresa Gonçalves

Conservatório de Música

Entrevista | Rita Morais

Rita Morais é, desde o início deste ano lectivo a professora de ballet no Conservatório de Música da Santa Casa da Misericórdia. Rita Morais, 37 anos, tem ligações à Guarda onde viveu durante 15 anos, cidade onde vem com frequência, agora para dar aulas e visitar grande parte da família directa que aqui reside. As ligações ao Conservatório não são de agora. Foi precisamente na nossa Instituição que tudo começou.



Qual o seu percurso. Como e quando despertou para a Dança? Apesar da sua formação académica em Engenharia Civil como conseguiu conciliar as duas atividades e quando deixou para trás a primeira formação.

Rita Morais (RM): Despertei para a dança quando ainda vivia na Guarda, precisamente a frequentar aulas no Colégio de São José com a professora Paula Pinto. Em 1997 entrei no curso de engenharia civil na Universidade de Coimbra e desde essa

altura procurei escolas onde a aprendizagem do ballet pudesse ser compatível com os meus estudos.

Nos anos seguintes a ter terminado o curso na Universidade, o ballet foi uma paixão que sempre me acompanhou a par a minha actividade profissional, até decidir fazer do ballet a minha nova profissão, como docente.

O facto de ter sido aceite no curso de professores da Royal Academy of Dance contribuiu como principal factor para esta decisão.

Como se desenrola a sua atividade e que projectos desenvolve.

RM: Como aluna de ballet tive oportunidade de trabalhar com várias professoras, fiz participações em diversos espectáculos de dança e teatro, frequentei workshops e cursos, fazendo parte de grupos relacionados com a dança em geral.

Este Dezembro integrei o bailado Don Quixote no auditório do Conservatório de Música de Coimbra com antigas colegas.

Na área do ensino fiz o Curso Bási-





co de Professores de Ballet pela APAM Escola de Dança e estou actualmente a frequentar o Certificate in Ballet Teaching Studies da Royal Academy of Dance.

Este ano lectivo trabalho em quatro escolas onde me vou dividindo durante a semana, com um total de cerca de 100 alunos com idades compreendidas entre os 3 e os 16 anos, nomeadamente:

- Colégio de Música de São José, Guarda
- Centro Norton de Matos, Coimbra
- Santa Casa da Misericórdia, Murtosa
- São Martinho da Cortiça

Quanto aos actuais projectos e devido à altura do ano em que nos encontramos, as últimas semanas foram preenchidas a preparar as turmas para as apresentações de Natal e claro, conciliar as datas e horários entre os diversos locais onde leciono.

Como surgiu o convite para dar aulas de dança no Conservatório?

RM: O convite surgiu através da direcção pedagógica na pessoa da professora Márcia ainda no ano lectivo passado. Desde então fomos conversando e ainda durante o mês de Setembro fizemos duas aulas abertas para que as crianças pudessem vir experimentar, conhecer a professora e o espaço.

A partir das inscrições decorrentes dessas aulas abertas constituímos 4

turmas, com alunas dos 3 aos 11 anos, 26 no total.

Estamos a falar de ballet clássico? Tendo em conta as diferentes idades das crianças, como faz a divisão dos grupos.

RM: As aulas são exclusivamente de ballet clássico e a divisão das turmas foi feita tendo em conta não só as idades como também as alunas que já tinham frequentado aulas de ballet em anos anteriores, sempre com o objectivo de uniformizar as aprendizagens de acordo com os estádios de desenvolvimento.

Até aos 5 anos, o ensino é vocacionado para o desenvolvimento de um grau de coordenação motora, controlo, noções espaciais, resposta à música e força ao nível motor adaptados a essas idades, sendo a partir dos 6 anos

introduzida a técnica clássica com todo o seu rigor e disciplina.

Quais as suas expectativas em relação ao trabalho a fazer com as crianças que frequentam as suas aulas.

RM: Como objectivo principal com estas alunas tenho o compromisso da transmissão de valores artísticos, em especial no ballet, claro, através da disciplina, motivação e confiança, proporcionando uma formação de qualidade com base na metodologia inglesa da RAD (Royal Academy of Dance), uma das maiores instituições de exames de ballet clássico do mundo.

A professora Rita Morais chegou ao Conservatório para dar aulas no início do ano lectivo e passando pouco tempo deparou-se com o primeiro desafio. Levar os actuais 26 alunos das turmas de ballet a participarem na apresentação conjunta com o Coro e Orquestra do Conservatório, nos espectáculos de Natal, que decorreram dias 7 e 8 no grande auditório do Teatro Municipal da Guarda. As turmas de ballet do Conservatório participaram na Cantata de Natal do compositor Jos Wuytack.



Concertos e Prémios

Concerto de Natal

Nos dias 07 e 08 de dezembro, o Conservatório de Música apresentou o seu Concerto de Natal no Grande Auditório do Teatro Municipal da Guarda (TMG). Perante uma sala que esgotou nas duas récitas, estiveram as classes de Orquestra, Coro e Ballet que interpretaram algumas obras alusivas à quadra natalícia.

Estes concertos só foram possíveis porque contaram com o empenho de todos os alunos e dos professores. Entre eles destacam-se: Márcia Cunha, Bruno Martins, Edgar Araújo, Francisco Luís Vieira, Alfeu Carneiro, Rogério Peixinho, Rui Viegas, Rita Moraes, Domenico Ricci, Carisa Marcelino, Helena Neves, Diana Ferreira, Olena Sokolovska, Pedro Ospina, Margarida Isabel Gonçalves Gravito, César Cravo e Zé Severino. Não podemos esquecer todo o apoio da Santa Casa da Misericórdia da Guarda, da Câmara Municipal da Guarda, do TMG e dos seus funcionários, de todos os funcionários do Conservatório e da Santa Casa da Misericórdia e de todos os Encarregados de Educação.

O Conservatório de Música da Santa Casa, deseja a todos uma Boas Festas e um ótimo 2017.



Alunos premiados em concursos internacionais

Mais uma vez os alunos do Conservatório de Música foram premiados internacionalmente. O aluno Gonçalo Caetano do Curso Secundário de Música venceu o 2º prémio (ex aequo), na categoria C do IV Concurso Internacional de Guitarra Alhambra para Jovens Intérpretes em Valência, Espanha. Nesta categoria não foi atribuído o primeiro nem o terceiro prémio.

Também a aluna de Guitarra do Curso Secundário de Música Matilde Freiria, venceu o 2º prémio do Concurso Internacional de Amarante, na categoria D, até aos dezasseis anos.

Muitos parabéns a estes alunos e aos seus professores, Pedro Ospina e Edgar Petejo.



Alunos selecionados para estágios nacionais de Orquestra

A aluna de Viola d'arco Margarida Lamelas foi selecionada para os estágios da temporada 2016-17 da Jovem Orquestra Portuguesa, que atuará na Casa da Música, no Centro Cultural de Belém, em Lisboa CCB e no Konzerthaus em Berlim.

Os alunos Leonel Andrade, do Curso Secundário de Música e Gustavo Delgado do Curso Livre de Música do Conservatório, irão integrar os estágios da orquestra Ensemble que se apresentará em fevereiro no Centro Cultural de Belém. Muitos parabéns aos alunos e aos seus professores Olena Sokolovska e Alfeu Carneiro.



Medalha de Mérito Municipal

No âmbito das comemorações do 817º aniversário da Cidade da Guarda, foi atribuída ao Conservatório de Música da Santa Casa da Misericórdia, a Medalha de Mérito do Município, grau Prata. Esta distinção, que muito nos honra, é, para nós, o reconhecimento da qualidade do trabalho desenvolvido ao longo de cerca de 25 anos por alunos, professores, funcionários e pela Santa Casa da Misericórdia.

É nosso compromisso continuar o trabalho desenvolvido até aqui e pro-

jetá-lo no futuro segundo elevados padrões de qualidade e rigor nos domínios técnicos, musicais e humanos, ao serviço dos nossos alunos, da Cidade e da Música. Um agradecimento a todo o Executivo Municipal por esta distinção.

Inserido nas comemorações do Dia da Cidade da Guarda, o Conservatório ofereceu um concerto na Igreja da Misericórdia onde participaram algumas classes de conjunto e instrumentos solistas.

*A Direção Pedagógica
(Márcia Cunha e César Cravo)*



ATL

Atualmente, contamos no nosso ATL com 39 crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 9 anos, que frequentam 4 escolas da cidade (Adões Bermudes, Augusto Gil, Bonfim e Stª Zita).

Neste novo ano letivo uma das novidades é a abertura do ATL mais cedo, às 7h30. Damos assim nova resposta a alguns Pais/Encarregados de Educação que têm dificuldades em deixar os filhos/educandos nas escolas, que abrem uma hora mais tarde. Outra das novidades passa pela Catequese, que agora funciona nas nossas instalações, resolvendo assim outro constrangimento, o facto das crianças apanharem frio ou chuva aquando da entrega das mesmas no Centro Paroquial, numa das transversais da Rua do Comércio (no centro da Cidade) como se verificava em anos anteriores.

Como sempre acontece, realizamos diversas atividades, das quais destacamos para já o Dia da Alimentação (que contou com a presença de dois nutricionistas que fizeram uma atividade lúdica com o objeti-

vo de consciencializar os mais novos para a importância de uma alimentação equilibrada), o Halloween, em que foram feitos jogos alusivos ao tema e o tradicional magusto, para assinalar o dia de S.Martinho.

E claro... com a chegada da época Natalícia, e a convite da Câmara Municipal da Guarda, foi mais uma vez enfeitada uma das árvores da Cidade onde as crianças puderam contribuir com a sua ajuda para embelezar a árvore atribuída à Santa Casa da Misericórdia

(no Jardim do Largo Frei Pedro em frente à Polícia de Segurança Pública).

No dia 21 de dezembro realizou-se a Festa de Natal do ATL, onde as nossas crianças, através da expressão dramática e dança alegraram os corações dos familiares.

O ATL da Santa Casa da Misericórdia da Guarda deseja a todos um Santo e Feliz Natal e um Próspero Ano Novo.

Liliana Areias (Diretora Pedagógica)



Presépio elaborado pelo Jardim de Infância da Santa Casa da Misericórdia e que faz parte do "Jardim dos Presépios", uma mostra Natalícia no Jardim do Largo Frei Pedro em frente à PSP.

"Seja cada presépio a nossa casa transformada no mais florido altar, um pedaço de sol em cada brasa, uma estrela do céu em cada olhar. Feliz Natal!"

(Jardim de Infância da Misericórdia)

Farmácia

Hidratação

A água é o principal constituinte do nosso organismo, por isso é essencial para o bom funcionamento do corpo humano.

A hidratação é precisamente a conquista de um correto equilíbrio de minerais e a manutenção da quantidade de água desejável no organismo.

Mantermo-nos hidratados não é apenas beber muita água ou líquidos em geral. Trata-se realmente de conseguir o equilíbrio entre água e eletrólitos os quais representam uma mistura de minerais (sódio, cálcio, potássio, magnésio, manganês, cloreto e fosfato, bicarbonato).

Se 2/3 do nosso organismo é composto por água, não podemos negligenciar a sua ingestão, ainda que aparentemente não tenhamos sede.

As funções da água no organismo humano são inúmeras: manutenção do volume das células, transporte de nutrientes pelo organismo, purificação do corpo (eliminação das suas toxinas), hidratação da pele (a partir do interior), manutenção da temperatura corporal, entre outros.

É óbvio que a água existente nos diferentes tipos de alimentos (sopas, bebidas lácteas, batidos e sumos de frutas, chás, legumes e/ou verduras e outros) ingeridos durante o dia é importante e deve ser considerada, mas não como sendo suficiente para satisfazer as nossas necessidades diárias.

O risco de desidratação está sempre presente quando a ingestão de líquidos é insuficiente, sendo os idosos e crianças as mais vulneráveis.

Embora nos idosos as recomendações de água não sejam diferentes das dos adultos mais jovens, verifica-se normalmente nesta faixa etária, uma diminuição da sensação de sede. Esta



ausência de consciência da insuficiente ingestão de água pode constituir perigo de desidratação. Existem também fatores como a quantidade de atividade física que se possa praticar, a medicação que se toma, as nossas funções renais e a temperatura ambiente, que podem potenciar um aumento das necessidades de cada pessoa. A hidratação inadequada pode igualmente contribuir para o aparecimento/agravamento da obstipação.

Recomenda-se a ingestão de dois litros de líquidos por dia nos idosos, com especial cuidado para alguns quadros clínicos onde a quantificação deve ser efetuada de forma personalizada.

As crianças são mais sensíveis às perdas de líquidos. As recomendações são feitas de acordo com a faixa etária. Crianças entre 1 e 3 anos de idade devem consumir cerca de 1-1,3 litros de líquidos por dia. Por outro lado, crianças entre 4 e 8 anos precisam de 1,7 a 1,9 litros

diários. Especial atenção para a ingestão de líquidos em situações de temperaturas elevadas, doenças acompanhadas de febre, vômitos, diarreia, prática de exercício físico, e na amamentação.

Cristina Santos (Directora Técnica)

ATL

SANTA CASA
MISERICÓRDIA
DA GUARDA

APOIO AO ESTUDO COM PROFESSOR DO 1º CICLO

PARA MAIS
INFORMAÇÕES,
CONTACTE-NOS

INSCRIÇÕES
ABERTAS

informações e inscrições:
Secretaria da Santa Casa
Rua Francisco dos Prazeres, 7 - Tel. 271 232 300

História

A Misericórdia da Guarda e o Convento de Santa Clara

É, por certo, uma novidade, mas o convento de Santa Clara da Guarda, já velho de séculos, e que foi uma das mais prestigiadas e importantes instituições da cidade, já pertenceu à Santa Casa da Misericórdia.

O CONVENTO

Tudo começou em 1212 quando a jovem Clara de Assis, proveniente da alta aristocracia italiana, quis seguir o exemplo de Francisco e foi viver dentro da clausura e na contemplação o ideal de pobreza evangélica. Em 1259, pouco depois da sua morte, a Ordem de Santa Clara, deu entrada em Portugal.

Na nossa região o primeiro convento da Ordem foi criado na Vela, concelho da Guarda, nos primeiros anos do séc. XIV. Naqueles tempos, a comunidade de freiras talvez nem tivesse instalações próprias, vivendo, como de costume, em casas particulares ou de alguma delas, ou, ainda, ligadas a uma das várias ermidas que havia por aqueles lugares. Eram pobre, pois viviam de esmolas, que mal davam para o seu sustento, mas eram muito estimadas pelas gentes da Guarda que, por isso, as chamaram para mais perto de si, oferecendo-lhes outras condições de vida. Assim, em 1344, o mais tardar, já as freiras se tinham instalado na Guarda, e embora não se conheça a localização exacta do convento, seria fora da muralha, seguramente, talvez, próximo da igreja de Nossa Senhora do Templo (ficava no cemitério) e da estrada que então

saía da Porta da Covilhã, passando ao lado da Sé.

Como o convento foi mandado derrubar por D. Fernando para dificultar a tomada da cidade pelo rei castelhano, tal como aconteceu com a antiga Sé erguida no local da actual Igreja da Misericórdia, é de pressupor que ficaria muito próximo da muralha, ou seja, entre o portão do cemitério e a escadaria do antigo liceu, mas mais perto desta. Arrasado o edifício, a comunidade refugiou-se dentro da cidade, buscando a muralha protectora, tendo o convento começado a ser construído em 1382, nuns terrenos que lhe foram oferecidos pelos moradores da cidade, num local conhecido por Poço do Alcaide.

A comunidade conventual viveu séculos de prosperidade, chegou a ganhar fama, mas não havia nada a fazer perante a perseguição encetada às ordens religiosas em 1834. Nesse ano foi publicado um decreto que ordenava a extinção das ordens religiosas em Portugal mas como esta lei se referia apenas às casas masculinas foi-lhe aplicado um outro, de 1833, que expulsava e impedia a admissão de novas noviças. Mais tarde, por decreto de 1 de Setembro de 1864, foi determinada a extinção do Convento de Santa Clara da Guarda, ainda D. Rita de Cássia Evangelista, sua abadessa, se encontrava viva, sendo-lhe estabelecida a pensão mensal de 20.000 réis. Assim que esta faleceu, a 28 de Janeiro de 1885, foi feita uma relação dos bens do convento e postos em



arrematação, sendo as alfaias e vasos sagrados entregues a D. Tomaz Gomes de Almeida, na altura prelado da Diocese.

Foi assim que o velho convento chegou ao fim, teve uma morte lenta e previamente anunciada, mas permitiu que o convento sobrevivesse até à morte da sua abadessa. O que iria no coração da bondosa religiosa, como era tida na Guarda, sabendo de antemão que a sua morte acarretaria também a de toda uma instituição? Seria maior a sua vontade de viver?

A DESTRUÇÃO DO CONVENTO

Nos finais do séc. XIX, princípios do séc. XX, Guarda era uma terra que lutava desesperadamente com falta de edifícios para albergar condignamente as muitas instituições públicas inerentes a uma cidade, sede de concelho e distrito. Nestas circunstâncias, e há semelhança do que sucedeu no resto do país, a solução encontrada foi utilizar os bens alheios, neste caso os

edifícios pertencentes às ordens religiosas. Foi um roubo descarado, mas ficava barato, pois não havia indemnizações a pagar, e também era rápido, pois era só meter lá a mobília adequada, e muitas das vezes nem isso. De resto, a extinção das ordens religiosas veio resolver os problemas ao Estado, e a muito boa gente...

Foi neste contexto que o convento de S. Francisco foi, desde logo, ocupado e adaptado a quartel militar, mas quanto ao convento de Santa Clara houve que esperar, como já vimos, pela morte de D. Rita de Cássia.

DE CONVENTO A HOSPITAL DA MISERICÓRDIA

Naqueles tempos a Misericórdia debatia-se com dois graves problemas, um de índole financeira e o outro, bem mais grave, o escandaloso estado em que o hospital se encontrava instalado. Funcionava no edifício contíguo à igreja da Misericórdia, que já tinham sido bom mas agora não reunia o mínimo de condições para acolher os muitos doentes que a ele recorriam.

Nestas circunstâncias, a Mesa da Santa Casa anteviu no antigo convento a solução para estes problemas e apressou-se, antes que outros o fizessem, a pedir ao Governo a sua cedência. O Governo concordou, e por decreto de 19 de Novembro de 1885 autorizou a cedência, “com a igreja e barracas anexas”.

Mas como o enorme casarão se encontrava praticamente em ruínas e as obras a realizar fossem muitas e dispendiosas e dificilmente responderiam às exigências da medicina moderna, a Mesa Administrativa desistiu do seu objectivo. Como a cedência do casarão tinha sido feita apenas para o fim específico de hospital, o governo acabou por cancelar a concessão do edifício à Santa Casa que foi entregue à Junta Geral do Distrito da Guarda

para ali “fundar um Asilo para Expostos e Menores Desvalidos ou Abandonados”.

O ASILO DE MENDICIDADE

Era chocante ver os bandos de mendigos que percorriam as nossas aldeias e a cidade, em busca de um bocado de pão. Nos dias de feira impressionava ver o que acontecia nas entradas da cidade, nomeadamente na rua do Carvalho, onde chegavam a fazer alas.

Ora, por essa altura, era Governador Civil da Guarda, D. João de Alarcão, que sensibilizado para a miséria de tanta gente, tomou a iniciativa de construir um asilo naquele local, que serviria de hospício e ensino profissional dos expostos. Em 1888 as obras de demolição seguiam a bom ritmo, quase tanto como a delapidação que ia sendo feita no recheio do convento. Foi incrível o que por ali se passou, e no entanto, segundo se dizia, foram algumas das famílias mais abastadas e poderosas da cidade que se abotoaram com as relíquias e tudo o mais. O que foi feito da belíssima imagem de Santa Isabel que existia numa das capelas que lhe era dedicada? Foi, imaginem, derrubada e partida! E as lápides sepulcrais e brasões de armas? E as bonitas pedras do Poço da Cidade?

Era tanta a pressa que as obras começaram ainda antes da transladação

dos restos mortais das freiras enterradas na igreja conventual para o cemitério público, o que só veio a acontecer no dia 14 de Julho de 1888. Nesse dia, um sábado, organizou-se um cortejo impressionante, com todas as classes sociais e todos os “organismos” da cidade representados. Os caixões, simbolicamente, foram transportados, à mão. A Irmandade da Misericórdia marcou presença de relevo, pontuando com todos os irmãos que puderam estar presentes, e foram quase todos, no meio da multidão de povo que acudiu à cerimónia. Foi como que o último gesto de vida do convento. O asilo, que nunca chegou a funcionar, irá nascer, anos mais tarde, no Hospital da Santa Casa da Misericórdia.

Agradecimento:

Desejo agradecer ao Sr. Eng. Joaquim Rafael e a seu filho, Dr. José Filipe de Almeida Rafael, distinto professor da Universidade Católica, a cedência de um importante documento, fundamental para o conhecimento do convento de Santa Clara e da Guarda. O Sr. Eng. Joaquim Rafael é irmão da Santa Casa da Misericórdia, a cujos órgãos sociais pertence desde há muitos anos, e nesse papel muito que tem feito, e que espero continue a fazer, em prol do seu desenvolvimento. Muito obrigado.

Francisco Manso (irmão)





The poster features a background of a classical architectural drawing with a staircase. The text is as follows:

ICSP

INSTITUTO DE CONSERVAÇÃO
E SALVAGUARDA DO PATRIMÓNIO

Sudário

CONSERVAR NO PRESENTE
PARA PRESERVAR O PASSADO
E TRANSMITI-LO AO FUTURO...

INCI
INSTITUTO DE CONSERVAÇÃO
E SALVAGUARDA DO PATRIMÓNIO

ALVARÁ DE CONSTRUÇÃO Nº69410
Decreto - Lei n.º 12 - 2004, de 9 de Janeiro

 facebook.com/icsp.sudario
 918 243 319 - 964 152 641



The logo consists of a stylized yellow flower-like shape with five petals.

pousamed

HIGIENE • SAÚDE • SEGURANÇA NO TRABALHO

pousamed@gmail.com

Centros de Dia

Os utentes dos Centros de Dia da Santa Casa da Misericórdia da Guarda continuam a beneficiar de serviço de transporte. Este serviço tem-se revela-

do uma mais-valia, atendendo ao clima da nossa região e à idade dos próprios utentes. O transporte é assegurado duas vezes por dia: de manhã em que se vai buscar o uten-

te ao seu domicílio e no final da tarde no regresso a casa.

A Misericórdia da Guarda continua atenta às necessidades de quem procura as nossas valências, tentando adaptar-se à realidade, por forma a conseguir dar mais e melhores respostas sociais.

Reflexão | A Capelania da Misericórdia

P. Manuel Pereira de Matos

Família, Alegria e Amor (I)

Encetemos uma nova série de breves reflexões, tendo como destinatários os leitores da nossa Revista da Santa Casa da Misericórdia da Guarda. O tema será esta trilogia: Família, alegria e amor, objeto da recente Exortação Apostólica do Papa Francisco.

O título deste documento pontifício expressa com admirável singeleza a originalidade da realidade familiar: *Amoris laetitia* – “A Alegria do Amor”. Todo o mistério da Família, na sua inesgotável riqueza, está sintetizado nessas duas palavras. Efetivamente, é do amor em família que brota a alegria verdadeira, condimento indispensável da felicidade que todos buscamos.

Quero, por isso, propor que, como pão partido em pedacinhos, saboreemos, ao ritmo de sucessivos pequenos artigos, os conteúdos desta Exortação Apostólica, para que não nos passem ao lado sem sequer os termos conhecido minimamente.

Como primeira observação, teremos de realçar as duas palavras

latinas que abrem este documento e que, por tradição oficial, o ficam a identificar: “*Amoris laetitia*” (AL), transcrevendo, porém, a primeira frase, na sua tradução portuguesa: “A Alegria do Amor que se vive nas famílias é também o júbilo da Igreja”. Uma frase breve, mas de larguíssimo significado, dado que identifica a alegria da própria Igreja, no seu todo, com a alegria vivida em família. Recordemos que a família é chamada pelo Vaticano II a “pequena igreja” ou “igreja doméstica”, com todas as virtualidades que fazem dela o elemento básico da realidade eclesial. Por isso a família é simultânea e inseparavelmente objeto do maior cuidado pastoral tal como é sujeito e agente privilegiado da mesma ação pastoral. Nesse sentido devem ser entendidas as estimulantes palavras que, logo no início, apresentam esta Exortação “como uma proposta para as famílias cristãs, que as estimule a apreciar os dons do matrimónio e da família e a manter um amor forte e cheio de valores como a generosi-



dade, o compromisso, a fidelidade e a paciência” (AL 5).

Já nos estaremos a aperceber da importância de mais esta oferta que o Papa Francisco faz à Igreja e ao mundo, na sequência do Sínodo sobre a família. Nele teremos o ensejo de colher os frutos amadurecidos no amplo contributo de todas as instâncias que refletiram a variadíssima problemática da vida familiar nos nossos dias. Por que não dispor-nos a abordar ao menos os pontos mais significativos deste desafiante documento?

União das Misericórdias Portuguesas | SAÚDE

Foi apresentado no dia 6 de dezembro, na sede da UMP (União das Misericórdias Portuguesas), o Cartão de Saúde das Misericórdias, uma parceria da UMP com a AdvanceCare, a SABSEG Seguros e a Real Vida Seguros.

O Cartão de Saúde Social permite o acesso direto à rede hospitalar das Misericórdias ou a prestadores da rede social da AdvanceCare com uma tabela de preços sociais, que inclui assistência médica permanente, urgência, domicílio e descontos em parceiros aderentes.

Para o presidente da UMP, Manuel de Lemos, “o reforço deste cartão de saúde vem pela via da economia social facilitar o acesso das pessoas a cuidados de saúde de qualidade”.

Podendo ser subscrito via plataforma digital (em www.ump.pt ou na rede comercial SABSEG), o Cartão de Saúde Social tem um valor mensal de 3,5€ ou de 3,10€ (IVA incluído) por pessoa quando subscrito por famílias ou entidades, não tendo período de carência ou limite de idade de subscrição.

O Cartão de Saúde apresenta ainda uma segunda opção de subscrição, o Cartão Social+, com cobertura de internamento hospitalar cirúrgico e não cirúrgico, que tem idade limite de adesão (70 anos) e de permanência (85 anos).

(Informação retirada do site da União das Misericórdias Portuguesas)

