

A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço



EDITORIAL

Estamos a chegar ao final de 2020.

Um ano que exigiu de todos, uma grande dose de adaptação, de resiliência, de esforço, que trouxe mudanças súbitas e inesperadas, que afastou relações e limitou afetos.

A capacidade de lidar com o que é diferente, de mudar rotinas e adaptar procedimentos para continuar a servir quem de nós precisa, foi sem dúvida o enorme desafio que toda a equipa do Lar Otília Lourenço respondeu prontamente, com grande sentido de responsabilidade, profissionalismo e dedicação.

Cremos que, a seu tempo, voltaremos a estar juntos, a celebrar o convívio, a família e tudo o que ficou suspenso este ano. Nós continuaremos a tudo fazer para continuar a merecer a vossa confiança.

Isabel Vaz Serra|PCA

NA ONDA DAS TECNOLOGI@S

Sendo este um ano atípico devido às circunstâncias por todos vividas, a preocupação dos profissionais do lar Otília Lourenço tem sido a de manter o contacto entre os idosos com os seus familiares.

Diariamente utilizamos a tecnologia a nosso favor, através do sistema SIOSlife e Whatsapp, que nos permite realizar chamadas de vídeo, partilhar sorrisos e emoções.

Apesar de não se comparar nem substituir, o afeto físico que estariam habituados a ter, estas são adaptações que se tiveram de fazer, para manter "próximo" aqueles que estão longe!

E para os nossos utentes tem sido muito positivo saberem do bom uso que se pode fazer das novas tecnologias e que também eles são capazes de as utilizar!

MINI SÉRIE REGRESSO ÀS AULAS- COVID-19

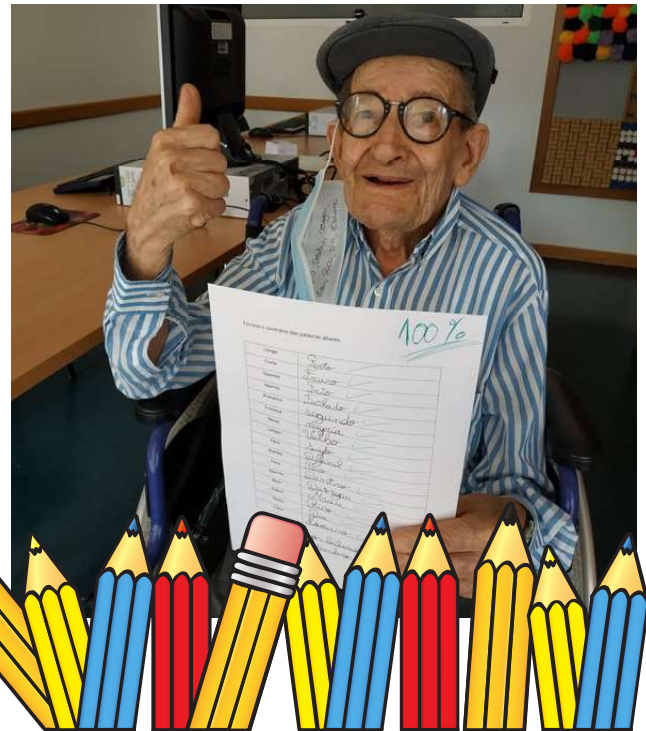


De forma a começar o ano letivo de 2020 com segurança no que diz respeito ao Covid-19, recriamos em formato vídeo alguns momentos caricatos com os nossos residentes. Desde a ida para a escola com as devidas precauções, a entrada na sala de aula, o distanciamento social, a realização dos testes e a sua entrega e por fim, a ida para casa.

Tanto para a equipa que planeou os episódios como para os idosos que fizeram parte da trama, foram momentos de grande descontração e animação.

Pode sempre rever os vídeos em : <https://www.facebook.com/Fundacao.jlourencojr>

Sem dúvida algo a ser pensado para eventos futuros!



ATIVIDADE DIA MUNDIAL DO SORRISO



A 2 de Outubro celebra-se o dia Mundial do sorriso!

Com base nos sorrisos dos nossos residentes, tirou-se uma foto a cada um fazendo um cartaz com todos eles expostos.

Posteriormente, foi realizada uma atividade de reconhecimento dos sorrisos dos colegas, onde todos tiveram que puxar um bocadinho pela memória!



OUTRAS ATIVIDADES

DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO

Para celebrar o dia Mundial da Alimentação, os utentes estiveram a preparar umas belas espetadas de fruta para a sua sobremesa!

Fizeram ainda uma pirâmide alimentar personalizada à sua semelhança que foi afixada na parede do refeitório de modo a serem lembrados das boas práticas alimentares!



PREPARAÇÕES PARA A ÉPOCA NATALÍCIA

O final do ano já se aproxima e com ele vem o Natal.

Como é hábito todos os anos se fazem trabalhos manuais alusivos à época festiva.

Reaproveitamos alguns dos materiais que tínhamos e o resultado ainda está por revelar.

Aguardem pelas próximas novidades... !

DIA DE S. MARTINHO COM DIREITO A CASTANHA

Reza a lenda, que S. Martinho foi um cavaleiro, monge e um santo. É capaz de trazer o Verão no Outono e graças a ele, todos os anos comemos castanhas! Este ano não foi exceção sendo que todos os nossos utentes de **ERPI**, **CD** e **SAD** tiveram direito a um belo maminho!



DIA MUNDIAL DO MAR

Celebrando o dia Mundial do Mar, nada melhor que um passeio à beira-mar para respirar o ar puro da praia.

Um momento para descomprimir e aproveitar o bom tempo que se fazia sentir.

DICAS DE FITOSSANIDADE



Sabia que...?

As plantas são a base da vida na terra. Produzem o oxigénio que respiramos e fornecem mais de 80% dos alimentos que ingerimos. São utilizadas para fazer roupas, abrigo, medicamentos e muitos outros itens que são essenciais à vida. Para quase metade da população da Terra, as plantas são uma fonte primária de rendimento. Quase todos os países comercializam plantas e produtos vegetais para criar riqueza e apoiar o desenvolvimento económico. Uma ameaça à saúde das plantas também é uma ameaça à saúde e à prosperidade das pessoas em todo o mundo – especialmente as mais vulneráveis.

Saúde em Casa: o que fazemos?

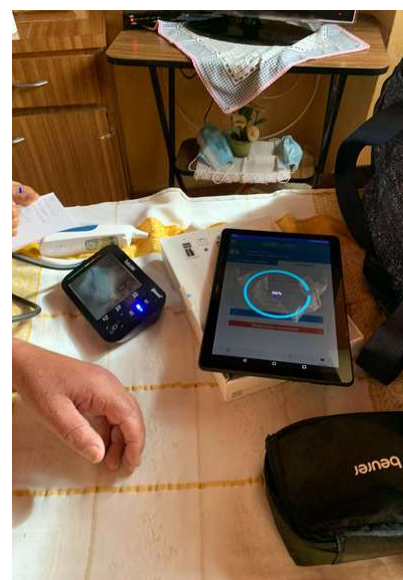
- Aplicação do Plano de Cuidados, estipulado pelo médico de família;
- Monitorização de parâmetros de saúde (tensão arterial, temperatura, peso, glicémia, entre outros), com informação direta para o seu médico;
- Gestão da medicação;
- Recomendações nutricionais, para um envelhecimento saudável;
- Treino cognitivo e de estimulação na vertente da memória;
- Treino de mobilidade física e exercício adaptado.

CONTACTE-NOS PARA + INFORMAÇÃO!



SAÚDE EM CASA

Conforto, Segurança, Autonomia



GERAL@SAUDEEMCASA.ONLINE

236 920 800 / 932 815 782



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

CONTACTOS:

Lar Otilia Lourenço
R. da Fundação, nº 20 | 1300-012 Abiul
Tel.: 236 920800
lar.otilialourenco@fundacao-jlourencojr.org



Fundação Dr° José Lourenço Junior
R. Pinheiro Chagas, nº 101- 3 drt|1050-176 Lisboa
Tel.: 21 3153571
marketing@fundacao-jlourencojr.org