

# A VOZ DO LAR

*Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço*



## EDITORIAL

Vivemos tempos complexos.

Pela mudança brusca com que tivemos que alterar rotinas, pelo afastamento forçado dos nossos familiares e amigos, pela ausência de beijos e abraços, pelo silêncio que se instalou nas ruas, pela falta de convívio, de partilha e dos encontros em família...

Passámos tempos de angústia, de aflição, de muita preocupação, pela saúde e bem-estar dos nossos e dos outros.

Mas apesar de tudo, aos poucos e muito serenamente, vamos voltando, não ao que era dantes, mas a um novo "normal" que, apesar de alguma insegurança sobre o futuro, trás também muita confiança ao sabermos que somos capazes de superarmos os desafios, em conjunto.

Em particular, uma palavra de agradecimento a toda a incansável equipa do Lar, que tão bem soube cuidar dos nossos idosos ao longo deste tempo, apesar de todos os seus receios, dúvidas e angústias.

**OBRIGADA!**

Isabel Vaz Serra  
PCA

## Dia da Família - 15 Maio



A família é onde a vida de todos começa e onde nasce um amor incondicional que nunca termina e nunca é esquecido.

Este ano, o dia da família foi celebrado de uma forma bastante diferente.

Não podendo ter contacto físico com os seus entes queridos, apelámos aos familiares dos idosos para não deixarem passar esta data e entrarem em contacto através do Whatsapp, telefone ou video-chamada através do SiosLife!

A iniciativa teve imensa adesão e o dia dos nossos idosos não poderia ter sido mais alegre e cheio de afeto.

Não sendo uma alternativa muito usual por parte dos idosos, acabou por ser a ferramenta mais utilizada em tempos de pandemia.

Família feliz é aquela que está sempre junta, independentemente da distância!

## Caixa Mistério com surpresa para as Colaboradoras



Devido à pandemia que se tem feito sentir, as medidas de proteção e higienização têm sido uma constante no Lar Otília Lourenço. De forma a reconhecerem o trabalho realizado pelas colaboradoras, os nossos utentes confeccionaram um crachá arco-íris com uma mensagem muito especial! Utilizando o conceito da Caixa Mistério, (em que através do tacto se adivinha o conteúdo da caixa), as colaboradoras - uma a uma- foram incentivadas a adivinhar o que a mesma continha...

E desta vez, quem explicava o objetivo da atividade eram os próprios idosos. 😊

Qual não foi o seu espanto, quando as colaboradoras viram o seu presente!



## Dia do Beijo

Dia 13 de Abril celebrou-se o dia do Beijo.

De forma a assinalar o dia, os idosos foram questionados sobre a quem queriam mandar beijinhos.

Uma vez que nestes tempos, não se podem demonstrar afetos e dar beijos pessoalmente, registámos o momento através de um video onde os beijos foram enviados para os familiares e apresentado na rede social Facebook.

Sem dúvida que as redes sociais, têm sido uma grande ajuda na divulgação do nosso dia-a-dia no lar e com os vídeos realizados temos conseguido ao máximo aproximar os idosos aos seus entes queridos!

## OUTRAS ATIVIDADES

### Arco-Íris #Vai ficar tudo bem!

De forma a transmitir boas energias e bons pensamentos, procedeu-se à elaboração de um arco-íris personalizado com borboletas coloridas enfatizando também a Primavera.



### Passeios no Jardim da Instituição

A Primavera já se faz sentir, e por esse motivo nada melhor do que uns bons passeios no nosso jardim!

### Kit Anti Covid-19

Para mantermos os nossos utentes de Centro de Dia e de Serviço de Apoio Domiciliário protegidos, distribuámos um kit "anti covid-19". Este continha 1 máscara social, 1 gel desinfetante e 1 guia sobre a utilização correta dos mesmos.

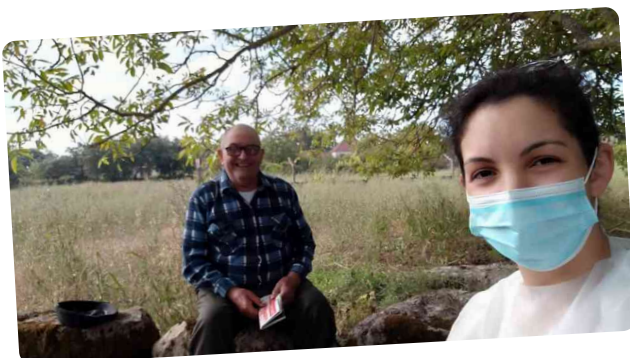


Na prevenção é que está o ganho!

### Visitas aos utentes de Centro de Dia

Uma vez que os utentes da valência de Centro de Dia deixaram de poder frequentar o nosso espaço, devido às orientações da DGS, temos nós ido ter com eles, ao seu domicílio! Apoiamos as suas rotinas, levamos exercicios para fazerem e pomos a conversa em dia!

As suas reações são sempre muito positivas, o que nos deixa sempre de coração cheio.



## Dicas de Fitossanidade

Sabia que...?



As plantas são a base fundamental da vida na Terra e são o pilar mais importante da nutrição humana. As mudanças climáticas e as atividades humanas estão a alterar os ecossistemas, reduzindo a biodiversidade e criando condições nas quais as pragas podem prosperar.

As viagens e o comércio internacional triplicaram na última década e podem espalhar rapidamente pragas e doenças por todo o mundo, causando danos significativos às plantas nativas e ao meio ambiente.

## Agradecimentos

Em nome da Fundação Dr. José Lourenço Júnior, fica um enorme agradecimento a todas as entidades, empresas e particulares que num gesto de grande solidariedade nos beneficiaram com produtos e donativos: **Município de Pombal, Junta de Freguesia de Abiul, Caixa Crédito Agrícola, Centro Regional da Segurança Social de Leiria, Campanha 'Heróis de Máscaras', parceria da EDP Solidária, do CM e da CMTV, campanha "Unidos por Portugal" parceria da Sic Esperança, Sic e Federação Portuguesa de Futebol, empresa Farmi, da Marinha Grande, SOS Covid, D. Otília Lopes, Porfic e GA moldes.**



## CONTACTOS:

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



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

www.fundacao-jlourencojr.org