

A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço



EDITORIAL

SAÚDE EM CASA

A saúde é o setor que mais se ressentiu com o aumento do número de pessoas idosas.

Verifica-se uma falta generalizada, numa resposta adequada e eficaz, prestada pelas soluções tradicionais de apoio social ao público sénior; este, frequentemente muito vulnerável, numa sociedade cada vez mais envelhecida, com maior necessidade de cuidados integrados em saúde.

Existindo carência de respostas sociais, torna-se necessário investir em projetos inovadores que permitam aos idosos permanecer nas suas casas com segurança, qualidade de vida e a dignidade que lhes é devida.

Para tal, a Fundação Dr. José Lourenço Júnior tem vindo a desenvolver ao longo de 3 meses um projeto piloto de inovação social denominado "Saúde em Casa", no qual monitorizou os parâmetros vitais de 13 idosos no seu domicílio, com vista a detetar desvios e acompanhar o estado de saúde dos mesmos.

Com esta iniciativa, emerge um novo serviço de cuidados, que alia os cuidados sociais aos cuidados de saúde apoiados pela tecnologia. Com o foco na prevenção em saúde de idosos em contexto rural, contribui-se para que continuem a viver na sua casa à medida que envelhecem, respondendo às suas necessidades físicas, psicológicas e sociais, de forma integrada.

Para mais informação, contacte-nos!

Jéssica Pereira
Assistente Social

FESTA DA FAMÍLIA

No dia 14 de Agosto realizou-se a Festa da Família no nosso Lar.

Este ano o tema da nossa festa foi: flores! Cada familiar tinha que trazer roupa colorida, adereços com flores de acordo com a sua imaginação. O objetivo deste tema consistia em alegrar os nossos idosos. Também as nossas funcionárias estavam vestidas a rigor para a festa: camisolas amarelas e fios com flores coloridos. Cada idoso tinha uma flor colorida realizada em felcro pela dupla D. Emília Pedrosa e D. Maria Ferreira Lopes.

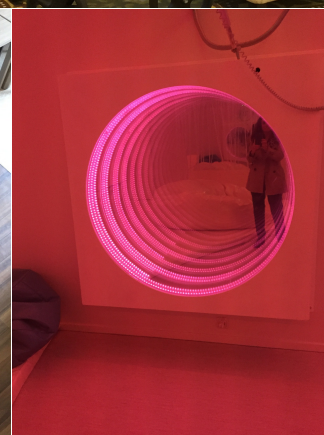
Para animar a nossa festa contámos com a presença da dupla Lucília e Filipe.

Os nossos idosos não poderiam ter estado mais satisfeitos e mais felizes neste dia tão especial!

Capacitar para intervir ativaMente

Decorreu de 9 a 13 de Setembro a formação de equipa técnica do Lar, na Holanda, país que se destaca pelas metodologias inovadoras de cuidados à população sénior. Iniciou-se a formação com uma visita guiada à "Village of Hogeweyk" um bairro construído para idosos com demência, que inclui serviços, alojamento e apoios diversos. Constitui um exemplo único a nível europeu de um espaço vocacionado para este público alvo, que oferece aos seus moradores o máximo de privacidade, atividade e independência. Na instituição "Humanitas Deventer" o foco está na integração da comunidade com os seniores da instituição, através de iniciativas intergeracionais, inclusivas e socialmente responsáveis. Ainda, no "Centre De Hartenberg" teve lugar uma formação especializada em terapias de intervenção Snoezelen e em espaços multisensoriais, bem com a visita a um centro equestre para pessoas com limitações e/ou demência.

O aumento das competências profissionais do staff do Lar é um dos objetivos da Fundação, que assim potencia o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e interculturais e traz novas ferramentas, metodologias e boas práticas para a sua atividade social junto dos seus idosos.



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia



A nossa Horta Biológica

A nossa Horta vai de vento em popa e está cada vez mais bonita!

Já colhemos feijão, alface, tomates, pepinos, curgetes, couves, salsa, coentros, beringelas.

A D. Silvina e D. Maria Ferreira Lopes estão encarregues de a regar e manter viçosa!



OUTRAS ATIVIDADES

SARDINHADA DO LAR

Para comemorar os Santos Populares realizou-se no lar uma sardinhada entre todos.

O almoço foi uma bela sardinha e de seguida os nossos idosos apresentaram uma marcha que andam a ensaiar durante alguns dias. Correu tudo muito bem e o Sr. Manuel Rodrigues destacou-se pela sua alegria e satisfação ao dançar!



PARTICIPAÇÃO NO 17º CONVÍVIO DE IDOSOS NA PRAIA DO OSSO DA BALEIA

Como já é habitual no dia 4 de Julho participámos no Convívio de Idosos na Praia do Osso da Baleia.

Demos início a este dia com um passeio pela praia, onde puderam molhar os pés e apanhar conchas. Estavam tão satisfeitos por estarem na praia que nem tinham apetite para o almoço!

O nosso almoço foi a tradicional sardinhada assada com batatas e salada, seguido de um baile entre todos.



VISITAS DOMICILIÁRIAS

E porque no dia 7 de Julho comemorou-se o Dia Mundial do Chocolate, os nossos idosos preparam umas deliciosas bolachas para entregar aos nossos utentes do Apoio Domiciliário.

Fomos sempre muito bem recebidos, e os idosos ficaram muito contentes com a nossa visita.

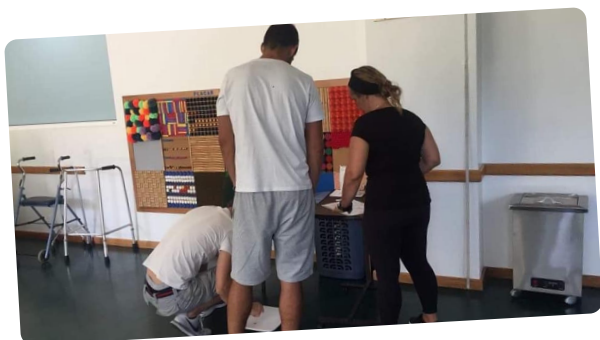


RASTREIO ABERTO À COMUNIDADE NO LAR

No dia 10 de Agosto realizou-se um Rastreio nas instalações do Lar, aberto à comunidade.

Este rastreio tinha como objetivo avaliar a doença venosa crónica e uma avaliação nutricional; para finalizar houve uma aula de pilates no jardim do lar.

Contámos com a presença de residentes na comunidade e das nossas funcionárias que também quiseram participar. Todos atentos à sua saúde!



DICAS DE RECICLAGEM

SABIA QUE..?



Lembra-se daquela gaveta cheia de remédios e pomadas fora de prazo que não sabe o que fazer? Existe uma solução!

Basta fazer a sua entrega na farmácia da sua área, que esta irá destiná-los corretamente.

Nunca deite os medicamentos no lixo comum, pois estará a poluir os solos e as águas dos rios e oceanos. Uma vez por ano, é aconselhável fazer esta "revisão" aos medicamentos, até porque após a data de validade, as características e composição do medicamento podem sofrer alterações que levam a uma diminuição do efeito pretendido (ou perda total da sua eficácia).

ATIVIDADE FUNCIONÁRIAS

Para relembrar os tempos em que iam para os montes e fazendas guardar as cabeças de gado, as nossas funcionárias da cozinha interpretaram e muito bem a profissão de pastor!!! Para acompanhar nesta diversão trouxeram uma cabrita que deixou alguns "presentes" na nossa sala... Foi uma manhã cheia de gargalhadas e boa disposição! Todos estiveram à altura do desafio.

Aguardem pelos próximos episódios...

Podem acompanhar todas as nossas atividades, fotografias e vídeos em:

<https://www.facebook.com/Fundacao.jlourencojr>



CONTACTOS:

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


DR. JOSÉ LOURENÇO JÚNIOR
Fundação Otilia Pessoa Murta Lourenço e marido Dr. José Lourenço Júnior
Gestão e Prestação de Serviços em ERP | CD | SAD

www.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