

A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço



EDITORIAL

Quase a terminar mais um ano, é tempo de balanço do que foi realizado e dos objetivos atingidos, bem como das aspirações para o próximo ano 2024. Destacamos, com satisfação, os seguintes resultados:

- O reforço dos trabalhos de requalificação dos espaços comuns do Lar por forma a manter a qualidade do espaço, trazer melhorias funcionais e diminuir o ambiente institucional do equipamento;
- O contínuo investimento na capacitação dos conhecimentos teórico-práticos dos colaboradores com a finalidade de responder às problemáticas biopsicossociais e relacionais dos utentes;
- A dinamização de práticas de trabalho em rede com outras instituições e centros universitários, que assentem no intercâmbio de aprendizagens;
- A diversificação de serviços, pela abertura à comunidade das intervenções multissensoriais Snoezelen, nomeadamente para crianças e jovens;
- A manutenção da certificação do Sistema de Gestão da Qualidade pela norma NP EN ISO9001;

Procuraremos para o próximo ano dar continuidade à estratégia de consolidação e crescimento que tem vindo a ser seguida, garantindo que a atividade da Fundação e a prossecução da sua Missão se encontra alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável.

Isabel Vaz Serra_PCA

"SENTIR É VIVER"

Iniciámos recentemente um Programa de Intervenção Terapêutica com Estimulação Cognitiva e Motora em Jardim Sensorial, com recurso a atividades sensoriais e motoras no exterior. Neste espaço do Lar, totalmente renovado, podemos estimular os sentidos, relaxar o nosso interior e conectar-nos com a Natureza. Aqui tod@s são livres de apreciar as várias espécies de plantas, pássaros, borboletas e outros, tornando-nos uma parte integrante deste maravilhoso ecossistema. Acalmar a mente, reduzir o stress e restaurar a função cognitiva, são as principais experiências sensoriais que se podem usufruir. Estar num Jardim Sensorial pode diminuir o desconforto e proporcionar um renovado sentido de confiança. A atividade em contexto jardim trás memórias visuais, auditivas e olfativas muito fortes. As caminhadas que se têm realizado diariamente, seja de forma mais autónoma ou não, vêm reforçar a mobilidade, a motricidade e a estrutura muscular. Mais pessoas no espaço exterior, levou a um aumento da socialização com os pares, o que tem trazido sentimentos positivos. Os níveis de stress e de ansiedade têm vindo a diminuir. De uma maneira geral, os seniores têm estado mais atentos ao que os rodeia e muito apreciadores deste espaço.

CERIMÓNIA DE ABERTURA DO JARDIM SENSORIAL



No passado dia 29 de setembro, decorreu, no Lar Otilia Lourenço, em Abiul, a Cerimónia de Abertura do Jardim Sensorial. Um ano depois da inauguração da remodelação e ampliação das instalações do Lar e do lançamento da primeira semente do Jardim.

As atenções estiveram concentradas neste novo espaço exterior que se transformou num lugar único e num caminho para o Bem-Estar. Neste espaço podemos estimular os sentidos, relaxar o nosso interior e conectar-nos com a Natureza.

A cerimónia iniciou com umas breves palavras da Presidente do Conselho de Administração, Arqta. Isabel Vaz Serra, agradecendo a aprovação da candidatura ao Prémio BPI Seniores2022, ressaltando as oportunidades que este novo espaço traz para os utentes, familiares, colaboradores e para toda a comunidade. Também o Vice-Presidente do Conselho de Administração, Sr. Esmeraldo Cunha, recordou a criação do Lar Otilia Lourenço como um desejo profundo do benemérito abiulense Dr. José Lourenço Júnior.

Os convidados aproveitaram para conhecerem o novo espaço exterior e explorarem as diferentes sensações que o Jardim Sensorial pode oferecer. Esta nova iniciativa da Fundação Dr. José Lourenço Júnior pretende aproximar entidades e instituições, estando agora aberto à comunidade, mediante marcação.

DIA INTERNACIONAL DO IDOSO + DIA MUNDIAL DA MÚSICA

Para assinalar o Dia Internacional do Idoso e o Dia Mundial da Música, oferecemos aos nossos idosos uma tarde repleta de música e muita animação!

Tivemos o prazer de receber a D. Lídia Maria Cortez que veio animar a tarde de domingo e partilhar conhecimentos de música, no âmbito do Dia Internacional do Idoso e do Dia Mundial da Música. Após uma introdução à música e dança Sevillhanas, as funcionárias do Lar, juntamente com os utentes, fizeram parte deste espetáculo que contou com muito ritmo, alegria e animação! Um grande obrigado à D. Lídia Cortez que nos brindou com a sua presença, proporcionando uma tarde de domingo diferente.



VIII JORNADAS SNOEZELLEN-PAMPLONA | ESPANHA



Nos dias 27 e 28 de outubro, decorreram as VIII Jornadas Snoezelen em Pamplona. A Fundação esteve presente com a equipa técnica do Lar, nesta primeira mobilidade no âmbito do Programa de Erasmus+ de Educação de Adultos "A Abordagem Multissensorial para Cuidar Melhor". Ao longo do evento, existiram momentos de formação e de partilha de experiências sobre a Abordagem Snoezelen com vários oradores internacionais, o que permitiu reforçar competências técnicas. Assim continuaremos a consolidar conhecimentos e a disseminar a Abordagem Multissensorial!

OUTRAS ATIVIDADES

LINHA DA VIDA

Tem sido realizada com alguns utentes a construção da sua linha da vida, em sessões de acompanhamento individual, tendo como objetivos:

- Promover uma reflexão aprofundada e integrada acerca do seu passado, presente e futuro;
- Estimular a aceitação das suas trajetórias de vida, com tudo aquilo que elas trouxeram de bom e de menos bom;
- Favorecer uma postura mais tranquilizadora face à vida.



O PERCURSO DA MÚSICA E DO MOVIMENTO



O Jardim Sensorial tem sido muito utilizado por si só e como um complemento à sala de Snoezelen, em algumas situações. A parte do estímulo ocorre no jardim sensorial e a parte de relaxamento ocorre em contexto sala.

Pelos percursos com texturas diferenciadas, fazem-se passeios, acompanhados ou sozinhos, permitindo trabalhar os vários sentidos, principalmente: olfato, tato, visão e audição. São realizadas sessões de relaxamento, com o “uso” dos vários percursos de modo a explorar de forma mais individual cada sentido.

ATIVAÇÃO DE MEMÓRIAS PASSADAS COM RECURSO AOS SENTIDOS

Como uma simples pulseira se pode tornar tão bonita com as flores do Jardim Sensorial: o Sr. António escolheu flores e ervas aromáticas que lhe ativaram memórias passadas, e a D. Matilde optou pela flores papagaio, planta que gosta muito de observar aquando os passeios pelo Jardim.

Após esta atividade, explicámos que as pulseiras de flores serão colocadas no quarto para se lembrarem das experiências de sentir, cheirar, tocar e colher as flores...

O nosso Jardim Sensorial não serve apenas para observar, mas também para sentir, porque “Sentir é Viver”!



ATIVAR OS SENTIDOS E AS MEMÓRIAS EMOCIONAIS ... ATRAVÉS DA FRUTA!



Nesta atividade, recordámos as frutas que cada um habitualmente comia, colhia e tinha nos seus quintais. Cada um escolheu a fruta que mais gostava, através do toque, olfato, paladar e foram identificando o que mais apreciavam nessa fruta.

No final, juntámos as frutas escolhidas por todos e saboreamos um batido de fruta variada de forma divertida!

SEMINÁRIO "AMBIENTES MULTISSENSORIAIS SNOEZELLEN"

SEMINÁRIO
Ambientes Multissensoriais Snoezelen
BEM ESTAR E CUIDAR
ATRAVÉS DOS SENTIDOS

com Ad Verheul

SAVE THE DATE
15.02.2024
TEATRO-CINE DE POMBAL

PROMOTOR:
APOIO:

A Fundação Dr. José Lourenço Júnior está a organizar o "Seminário Ambientes Multissensoriais Snoezelen: Bem-estar e Cuidar através dos Sentidos", que irá decorrer no dia 15 Fevereiro de 2024, no miniauditório do Teatro-Cine em Pombal. Como oradores confirmados teremos p Sr. Ad Verheul, fundador da Abordagem Snoezelen, Dr^a Amélia Martins, formadora da Humanidade, Dr^a Rita Silva Coordenadora da Sala Snoezelen do Lar Otilia Lourenço, entre outros nomes a confirmar.

As inscrições começam dia 15/01/2024!

Não se esqueça, marque já na sua agenda e esteja atento às redes sociais para mais informação!

CONTACTOS:

Lar Otilia Lourenço
R. da Fundação, n° 20 | 1300-012 Abiul
Tel.: 236 920800
lar.otilialourenco@fundacao-jlourencojr.org

FUNDAÇÃO
DR. JOSÉ LOURENÇO JÚNIOR
Fundação Otilia Pessoa Maria Lourenço e marido Dr. José Lourenço Júnior
Gestão e Prestação de Serviços em EPP | CD | SAD
www.fundacao-jlourencojr.org

Fundação Dr^o José Lourenço Junior
R. Pinheiro Chagas, n° 101- 3 drt | 1050-176 Lisboa
Tel.: 21 3153571
marketing@fundacao-jlourencojr.org