

# A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral | Lar Otília Lourenço



**FUNDAÇÃO JOSÉ LOURENÇO JÚNIOR**

**O novo WEBSITE da Fundação já está online!**

Convidamo-lo(a) a descobrir o novo website e a acompanhar a Fundação também através das nossas **redes sociais**.

Mais **simples, intuitivo e acessível**, o novo website permite consultar informação de forma cómoda, em qualquer lugar!

**FUNCIONALIDADES EM DESTAQUE**

- Acesso otimizado para telemóvel e tablet.
- Inscrições online nas respostas sociais.
- Donativos online de forma rápida e segura.
- Recrutamento e candidaturas a emprego.
- Notícias, eventos e projetos sempre atualizados.

Juntos, construímos uma comunidade mais próxima, informada e solidária.

Visite o nosso website!  
Siga-nos, partilhe os nossos conteúdos e divulgue junto de familiares, amigos e conhecidos.

## EDITORIAL

A Fundação José Lourenço Júnior continua a afirmar o seu compromisso com a promoção da qualidade de vida, da dignidade e do bem-estar das pessoas que acompanha diariamente.

Ao longo destes meses, foram muitos os momentos de partilha, aprendizagem e celebração, traduzidos em atividades, projetos e iniciativas que reforçam a importância do cuidar centrado na pessoa e da construção de uma comunidade mais próxima e solidária.

Nesta edição, convidamo-lo a visitar alguns dos acontecimentos que marcaram este período, a conhecer melhor os projetos e as pessoas que dão vida à nossa missão e a refletir sobre temas relacionados com o envelhecimento, os afetos e a importância das relações. Encontrará ainda curiosidades e espaços de partilha, porque acreditamos que uma instituição é feita de histórias, memórias e experiências que merecem ser valorizadas e transmitidas.

Mais do que um registo das atividades desenvolvidas, esta revista pretende ser um espaço de encontro entre todos: utentes, famílias, colaboradores, parceiros e comunidade, celebrando o passado, vivendo o presente e olhando para o futuro com confiança e esperança.

Porque cuidar é, acima de tudo, reconhecer a singularidade de cada pessoa, preservar a sua história e continuar a construir, todos os dias, uma resposta mais humana, mais próxima e mais significativa.

Jessica Pereira

Assistente Social | Coordenadora SAD

Esta edição assinala também um momento particularmente relevante para a instituição com a apresentação do novo logótipo institucional e a renovação do website.

Estas mudanças representam um importante processo de atualização da identidade visual e comunicacional da instituição, traduzindo uma imagem mais atual, próxima e alinhada com os desafios presentes e futuros.

O novo logótipo simboliza a continuidade da missão da Fundação, preservando os seus valores fundamentais, ao mesmo tempo que reforça uma visão de modernidade, dinamismo e abertura à comunidade. Já o novo website surge como uma ferramenta mais intuitiva, acessível e informativa, facilitando a comunicação com utentes, famílias, colaboradores e parceiros, e aproximando ainda mais a instituição de todos os que dela fazem parte.

Mais do que uma mudança estética, este "refresh" institucional reflete a evolução natural de uma organização que continua a crescer, a inovar e a adaptar-se, sem perder a essência do cuidado, da proximidade e do compromisso social que a caracteriza.

## A NOSSA HORTA TERAPÊUTICA

Na nossa horta, cada planta tem uma história para contar e cada residente tem um papel importante no seu crescimento. Entre sementes, regadores e muitos sorrisos, este espaço tornou-se um dos locais preferidos dos nossos residentes!

O entusiasmo é tanto que, muitas vezes, há mais voluntários para regar do que plantas para cuidar! Todos querem acompanhar o crescimento da horta, observar as novidades e contribuir para que tudo floresça da melhor forma.

Para além de promover o contacto com a natureza, a horta estimula a atividade física, desperta memórias e cria momentos de convívio e partilha. É um projeto que cresce todos os dias, não apenas através das plantas, mas também através do envolvimento, da alegria e do sentimento de utilidade que proporciona aos nossos residentes.

Venha fazer parte deste processo e acompanhe connosco o crescimento da nossa horta!

Juntos, continuaremos a semear bem-estar, partilha e muitos momentos felizes! 🌱



## DIA DA MÃE: UM ENCONTRO DE AFETOS

No Dia da Mãe tivemos a alegria de receber os filhos das nossas residentes para uma atividade muito especial, onde juntos personalizaram molduras que simbolizam o amor, as memórias e os laços que unem as famílias.

Entre sorrisos, conversas, abraços e olhares cúmplices, foram vividos momentos de grande significado, que reforçaram a importância de manter e valorizar os vínculos familiares. Mais do que uma atividade, foi uma oportunidade para criar novas recordações e celebrar histórias de vida marcadas pelo amor incondicional de ser mãe.

Porque o amor de mãe não conhece idade nem distância!

Permanece vivo em cada gesto, em cada memória e em cada encontro que aquece o coração.

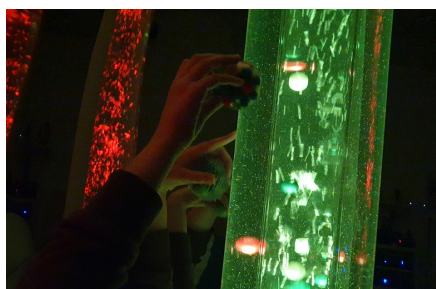


## SNOEZELLEN 4KIDS

O projeto **Snoezelen 4Kids** continua a proporcionar experiências a crianças e jovens com necessidades educativas especiais, promovendo o seu bem-estar, desenvolvimento, comunicação e interação, num ambiente seguro e acolhedor.

As evidências observadas são muito positivas, destacando-se **um maior envolvimento nas atividades, períodos de atenção mais prolongados, melhor autorregulação e uma crescente expressão de emoções e preferências**. Paralelamente, tem sido mantida uma relação de proximidade com as famílias, reforçando a confiança e o acompanhamento ao longo deste percurso.

Os resultados alcançados motivam-nos a continuar a crescer e a chegar a mais crianças e famílias, sabendo que cada pequeno passo representa uma importante conquista!



## XX PEREGRINAÇÃO DAS IPSS DO CONCELHO DE POMBAL



Sob o tema *“Pelo Batismo, somos Igreja Viva e Peregrina”*, os nossos residentes participaram na XX Peregrinação das IPSS do Concelho de Pombal ao Santuário de Fátima.

Sendo a fé e a devoção religiosa uma dimensão muito importante na vida de muitos dos nossos residentes, esta peregrinação constituiu um momento de grande significado espiritual, marcado pela celebração da Eucaristia, pela oração na Capelinha das Aparições e por momentos de recolhimento e partilha.

O Lar Otília Lourenço integrou, com orgulho, a equipa organizadora desta iniciativa, juntamente com o Centro Social de Carnide, a Santa Casa da Misericórdia de Pombal, a APRAP e o Lar da Felicidade.

Que este dia permaneça na memória de todos como um testemunho de fé, esperança e união.

## Talentos do Lar

### MATILDE MENDES

A D. Matilde tem sido um verdadeiro exemplo de dedicação, demonstrando que a vontade de contribuir é mais forte do que qualquer dificuldade.

Mesmo aos fins de semana faz questão de transportar água para regar as plantas, ajudando a manter a horta cuidada e saudável e ajudar os colegas. Com empenho e carinho, acompanha o crescimento das culturas e contribui ativamente para o sucesso deste projeto!

O seu envolvimento reflete o espírito da nossa horta: um espaço onde todos podem participar, sentir-se úteis e fazer parte de algo que cresce dia após dia.

A sua determinação inspira-nos e recorda-nos que são muitas vezes os pequenos gestos que produzem os maiores frutos.



### GRACINDA ANTUNES

A nossa utente continua a ser um exemplo inspirador de força, dedicação e amor ao próximo!

Mantém um papel fundamental na vida da sua irmã, de quem continua a cuidar diariamente com uma atenção e carinho admiráveis.

Ao longo da sua vida, foi uma mulher de trabalho, habituada a tratar do gado, cultivar a terra e enfrentar cada desafio com determinação. Essa força permanece presente nos dias de hoje, refletindo-se na forma como continua a preocupar-se com os outros antes de pensar em si própria.

É com enorme orgulho que acompanhamos o seu percurso e testemunhamos a sua capacidade de cuidar, proteger e amar. A sua história é um exemplo de resiliência e um testemunho dos valores de entrega, responsabilidade e generosidade que marcam uma vida inteira.





# SAÚDE EM CASA 2.0

## Os nossos serviços



### Reabilitação motora

Programas personalizados de fisioterapia para melhorar a mobilidade, força, equilíbrio e autonomia no dia a dia.



### Realização de plano individual de Cuidados de Saúde

Avaliamos as suas necessidades e criamos um plano de cuidados à medida, revisto regularmente pela nossa equipa.



### Apoio na preparação da medicação

Organizamos e preparamos a medicação de forma segura, ajudando a cumprir corretamente a toma prescrita.



### Estimulação Cognitiva e Social

Atividades que promovem a memória, a concentração e o bem-estar emocional, combatendo o isolamento.



### Serviços de Enfermagem

Cuidados de enfermagem no conforto da sua casa, com profissionalismo, segurança e acompanhamento próximo.



Porque cada pessoa merece viver com dignidade e segurança, no lugar que chama de casa.

- ✓ Mais autonomia
- ✓ Mais segurança
- ✓ Mais qualidade de vida
- ✓ Mais tranquilidade para a família



Nas freguesias de Abiul, Vila Cã e Pombal  
*Cuidamos perto. Cuidamos de verdade.*



À medida que os anos passam, algumas tarefas do dia a dia podem tornar-se mais difíceis.

**Pequenas alterações na rotina, podem ser sinais da necessidade de algum apoio adicional.**

Esteja atento a pequenas alterações, como **dificuldades na higiene pessoal, esquecimentos frequentes, perda de peso, medicação mal gerida, isolamento social ou dificuldades na realização das tarefas domésticas.**

Reconhecer estes sinais precocemente permite encontrar soluções adequadas e promover uma melhor qualidade de vida, respeitando sempre a autonomia e a dignidade da pessoa idosa.

Com o Saúde em Casa, cuidamos de si ou do seu familiar, antes que os problemas apareçam!

Com uma equipa de excelência, ajudamos a prevenir situações de risco, a manter a mobilidade, a memória e a autonomia.

Sempre no conforto da **sua casa**, para que possa viver com mais segurança, saúde e qualidade de vida!



### CONTACTOS E REDES SOCIAIS

- R. da Fundação, n° 20 | 3100-012 Abiul
- Tel: 236 920 800
- WhatsApp: 932815782
- lar.otilialourenco@fundacao-jlourencojr.org

SIGA-NOS!  
Acompanhe as nossas novidades e iniciativas.



Cuidamos de verdade.  
*Próximos de si.*

Cuidamos de si onde se sente melhor: *em sua casa!*

Conforto, Segurança, Autonomia.



REDES SOCIAIS

