

A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço



EDITORIAL

No dia 23 de Janeiro, os colaboradores do Lar Otília Lourenço levaram a 1.ª dose da vacina contra a Covid-19 e a 19 Fevereiro foi dada a 2ª dose.

Passado um ano desde que o vírus tomou um lugar significativo no nosso quotidiano, muitos hábitos e rotinas foram alterados de forma a garantir o máximo de segurança quer para todos os colaboradores como para os nossos estimados utentes.

A batalha tem sido travada com muito esforço e dedicação. Não podíamos estar mais orgulhosos da equipa que diariamente está no terreno, prestando os melhores cuidados possíveis nestes tempos tão complicados!

É caso para dizer que a Nossa Senhora das Neves, santa padroeira de Abiul, tem olhado por todos nós!

Um bem haja a todos os colaboradores! Que continuem com o excelente trabalho!

Jessica Pereira
Assistente Social

Quedas em idosos



Cerca de 1/3 dos idosos que vivem em casa caem pelo menos uma vez por ano, e cerca de metade das pessoas que residem em ERPI caem.

Nos Estados Unidos, as quedas são a principal causa de morte accidental e a sétima causa de morte em pessoas com 65 anos de idade ou mais. Depois de cair uma vez, a probabilidade de cair novamente é maior. As quedas frequentemente causam lesões. Os idosos estão mais propensos a fraturarem ossos em quedas porque muitos deles têm ossos porosos e frágeis. Algumas lesões causadas por uma queda são fatais.

Muitos têm medo de cair, o que pode originar constrangimentos, tais receio de realizar as suas atividades habituais e, assim, vão perdendo autoconfiança e mesmo a sua independência. Podem-se realizar estratégias de forma a superar os medos e reduzir o risco de queda. Saber o que a causa pode ser útil.

Nada melhor do que um profissional na área para aconselhar e modificar hábitos/rotinas de forma a potenciar uma maior segurança e qualidade de vida no domicílio.

CARNAVAL NO LAR OTÍLIA LOURENÇO

Apesar dos tempos difíceis que se fazem sentir, os festejos de Carnaval tomaram lugar no Lar Otília Lourenço.

Esta festividade sempre foi muito acarinhada pela comunidade Abiulense. Quando questionados, os idosos relembram com saudade e alegria muitas memórias e tempos passados na sua mocidade em que juntos celebravam o Carnaval pela vila fora.

De forma a podermos alegrar e a promover momentos de animação aos utentes, dinamizou-se um pequeno baile carnavalesco em que todas as colaboradoras marcaram a sua presença com vestimentas a rigor!

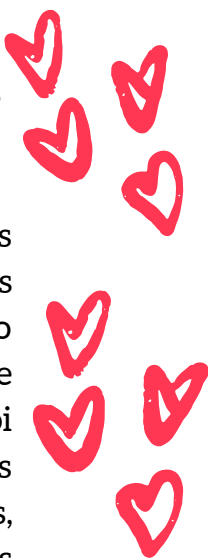
Como se costuma dizer "no Carnaval ninguém leva a mal", certamente os nossos utentes não levaram a mal e disfrutaram de alguns momentos divertidos e hilariantes!



Atividade Dia dos Namorados

Intitulado como o "Dia de São Valentim", o dia 14 de fevereiro é uma data especial e comemorativa na qual se celebra a união amorosa entre casais e namorados e, por ventura, o dia de demonstração de afetos.

Como atividade, os utentes escreveram várias mensagens destinadas às suas famílias como demonstração de grande afeto e saudade. Na sala de visitas, foi instalado um placard com todas as mensagens elaboradas pelos utentes, tendo sido bela surpresa aquando das visitas!



OUTRAS ATIVIDADES

ESPERANÇA EM 2021



Segundo o ditado "A esperança é a última a morrer", proporcionámos momentos com algumas lufadas de ar fresco e animação, com o Enf.º Fernando ao dispor dos nossos utentes!

Indo ao encontro ao ditado, no dia Mundial da Paz, fizeram-se umas rolas brancas que se espalharam pelo lar com palavras inspiradoras e com grande significado para todos!



DIA DE REIS



O Dia de Reis, segundo a tradição cristã, seria aquele em que Jesus Cristo recém-nascido recebera a visita de alguns reis magos do Oriente.

De forma a assinalar esta data comemorativa, fizeram-se umas coroas para todos os utentes com cápsulas de café!

Nada melhor do que reciclar materiais para realizar os trabalhos manuais!



MEL



A nova inquilina do Lar Otília Lourenço faz as delicias dos utentes e colaboradoras!

Neste momento fotográfico fica registada a sua 1ª consulta veterinária!

SESSÕES DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA



Fizemos uma atividade com vários recortes de revistas, em que os nossos idosos tiveram de escolher uma imagem que gostassem ou que significasse algo na sua vida

Com esta simples mas criativa atividade, trabalhou-se a autoestima, a valorização pessoal e o relacionamento interpessoal.

DICAS DE FITOSSANIDADE



Sabia que



Em relação á batateira, deve manter a cultura protegida até perto da colheita, sobretudo se ocorrerem períodos de chuva.

Ataques tardios de míldio podem ocasionar a infeção dos tubérculos na altura da sua completa formação e maturação.

A infeção das batatas pelo míldio leva a perdas durante o armazenamento, ao encarecimento da triagem e à desvalorização do produto.

Como **medida preventiva**, mantenha a plantação e as suas imediações livres de ervas infestantes.

Aconselha-se também cortar a rama e retirá-la do campo, imediatamente antes do arranque da batata.



Já passados seis meses desde o início do projeto **Saúde em Casa**, não poderíamos estar mais satisfeitos com os resultados alcançados!

Já apoiamos 23 seniores. Prestamos apoio na área social, área da saúde e da terapia ocupacional.

As intervenções têm sido ricas e bastante produtivas! Desde sessões de culinária, de estimulação cognitiva aliadas às novas tecnologias, treinos de mobilidade funcional, consultas de enfermagem, gestão terapêutica, monitorização dos sinais vitais entre outras coisas!

Venha experimentar !

Ligue agora: 236.920800



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



PORTUGAL
2020



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

CONTACTOS:

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



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

Gestão e Prestação de Serviços em ERPI | CD | SAD
www.fundacao-jlourencojr.org