

A VOZ DO LAR

Newsletter Trimestral / Lar Otília Lourenço



EDITORIAL

É com muita satisfação que iremos celebrar em setembro, os 21 anos de inauguração do Lar Otília Lourenço, assinalando também um momento de significativa importância para a instituição, para colaboradores, clientes, familiares, comunidade e parceiros: a inauguração da tão ambicionada ampliação e beneficiação do Lar, obra esta apoiada em 85% pelo Portugal 2020.

Ainda nesta data iremos prestar a merecida homenagem ao Sr. Dr. Alberto Vaz Serra e Sousa, presidente do CA da Fundação de 1997 a 2019 e ao Sr Esmeraldo da Cruz e Cunha, vice-presidente desde 1997.

Foi graças ao seu trabalho em conjunto que podemos hoje oferecer, àqueles que nos procuram, este espaço digno e acolhedor, onde a qualidade do espaço está a par da qualidade dos serviços prestados.

Isabel Vaz Serra,
Presidente do Conselho de Administração

BANHOS SENSORIAIS

Após formação com a Dra. Amélia Martins, iniciámos os banhos sensoriais com os utentes, e o resultado tem sido muito positivo! Estes banhos têm como objetivo, promover o conforto, através de vários estímulos: auditivos (com música) e olfativos (aromas), com auxílio de velas de cheiro e do difusor de aromas.

Pretendem-se enfatizar as emoções positivas, associadas à tranquilidade, bem-estar e satisfação, através do relaxamento, num ambiente mais escuro e sossegado.

Trata-se de um banho “demorado”, focado no utente e no qual, o cuidador tem um papel fundamental para que o utente descontraia e aproveite o momento. Termina-se com uma massagem com o auxílio de um creme hidratante. Este é mais um passo que damos na qualificação dos nossos serviços, com foco no bem-estar dos utentes.

Rita Silva,
Psicóloga



BARRAQUINHA DO LAR OTÍLIA LOURENÇO NO BODO DE ABIUL 2022

No início do mês de agosto regressaram as tão aguardadas Festas do Bodo de Abiul! Após 2 anos de pandemia, a Fundação Dr. José Lourenço Júnior voltou a estar presente nesta grandiosa festa com uma maravilhosa quermesse com grandes prémios, e vários artigos para venda elaborados pelos nossos utentes. Levámos, ainda, novidades sobre os nossos novos serviços, como é o caso da Sala Snoezelen e dos Serviços ao Domicílio. Queremos agradecer a todos os que nos visitaram e, em especial, à Junta de Freguesia de Abiul, ao Restaurante "O Toças" e ao Minimercado "Cantinho da Fátima" pelo apoio prestado!



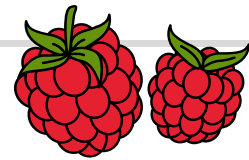
DIA DOS AVÓS



Dia 29 de julho marcámos presença em mais um evento organizado pelo Município de Pombal para todas as IPSS's do concelho: a comemoração do **Dia dos Avós!**

Foi uma tarde muito bem passada e animada! Obrigado ao Município de Pombal por proporcionar a todos os utentes estes maravilhosos momentos!

OUTRAS ATIVIDADES



DIA MUNDIAL DO CHOCOLATE

Dia 7 de julho celebra-se o dia **Mundial do Chocolate!** Foi um ótimo pretexto para aumentar a serotonina dos nossos utentes! Um lanche diferente do habitual muito adorado por todos.



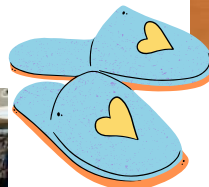
TRABALHOS MANUAIS - ESTIMULAÇÃO SENSORIAL

A **estimulação multissensorial** é muito útil para garantir que os idosos continuem a realizar todo o tipo de atividades de forma independente. É uma ferramenta que consegue oferecer uma melhoria contínua a nível das capacidades psicomotoras, permitindo que os utentes ultrapassem algumas dificuldades que foram surgindo.

Pusemos mãos à obra e nesse sentido realizámos 2 mantas sensoriais para proporcionar momentos de estimulação sensorial!

JOGO DO STOP

Quem se lembra do Jogo do STOP? Apesar de ser um jogo relativamente simples em que apenas é necessário um papel e uma caneta, a verdade é que este jogo é um ótimo exercício para estimular o raciocínio lógico, a concentração, a atividade cerebral e a motricidade fina! Capacidades que, naturalmente, vão diminuindo à medida que vamos envelhecendo!



IDA À FEIRA A POMBAL

De forma a relembrar velhas práticas/hábitos, levámos os nossos utentes à feira semanal em Pombal.

Aproveitámos para dar um passeio e para comprar alguns artigos que faltavam.

Este tipo de passeios são muito pedidos por todos! Quem não gosta de dar uma vista de olhos nas novidades?



HIGIENE PESSOAL



A higiene corporal é um dos principais fatores para a promoção da dignidade da pessoa idosa. Além de promover conforto e bem-estar, está relacionada com o cuidado e até mesmo com a recuperação da saúde.

O banho do idoso deve ser diário, dado em chuveiro, cama ou banheira e deve ser um momento de relaxamento e de bem estar.

Se o idoso precisar de ajuda para tomar banho, a cadeira de banho pode ser usada como equipamento de segurança.

Ela proporciona mais conforto para o idoso, além de também permitir que ele relaxe e tenha **mais autonomia** para cuidar de seu corpo.

O momento do banho pode ser delicado para idosos que precisam de ajuda para fazer a sua higiene. É importante que o cuidador deixe explícito à pessoa cuidada que ela pode falar quais são os limites para essa ajuda.

Esses acordos tornam o momento do banho mais tranquilo e fundamentam também a **relação de confiança** que deve existir entre a pessoa cuidada e seu cuidador.

TREINO DE ALIMENTAÇÃO

O treino de alimentação faz parte do Treino de Atividades de Vida Diária e é uma das áreas de intervenção do Terapeuta Ocupacional (TO).

O Terapeuta Ocupacional faz uma análise do movimento do utente identificando as suas capacidades, de forma a que consiga ser autónomo e funcional. São trabalhados todos os meios preparatórios para a realização da atividade, desde o posicionamento, a mobilização ou adequação do tónus muscular, até ao treino do movimento e atividades funcionais. Pode ainda ser realizada a adaptação do contexto através da prescrição de produtos de apoio!



SAÚDE EM CASA
Conforto, Segurança, Autonomia



<https://www.facebook.com/saudeemcasa.fundacaojljr>



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