

# Newsletter

Santa Casa da Misericórdia de Canha



## **Dia Mundial da Alimentação 16 de Outubro de 2017**

Comemorou-se na passada segunda-feira o Dia Mundial da Alimentação. O dia serviu para relembrar/alertar para a importância da alimentação saudável e das escolhas equilibradas. Realizou-se ainda várias atividades relacionadas com o tema e a distribuição de folhetos informativos.

Partilhamos os poemas que a nossa querida Utente dona Alice escreveu e que foram colocados em maçãs de papel e distribuídos.

*Para uma boa alimentação,  
Há regras que não podes esquecer.  
Para conseguires uma boa refeição,  
Carne, peixe, fruta e legumes deves comer!*

*Se te apetece um docinho,  
Para te alegrar o coração...  
Pensa que é só um peccadinho,  
Se o fizeres com moderação!*

**O SEU DONATIVO DE TEMPO,  
CAPACIDADES E TALENTOS É  
MUITO APRECIADO POR NÓS!**

Contacte-nos [scmc.canha@sapo.pt](mailto:scmc.canha@sapo.pt)





# Newsletter

## Santa Casa da Misericórdia de Canha

### **Pão por Deus: uma tradição nossa!**

Na sociedade em que vivemos existe alguma tendência a perdermos as nossas tradições e a preferirmos celebrações com estrangeirismos.

Um destes exemplos é o Halloween, dos países anglo-saxónicos, comemorado a 31 de outubro, em que as crianças se mascaram e vão de porta em porta a pedir “doce ou travessura” – e recebem, por norma, rebuçados e outras guloseimas.

Em Portugal, temos uma tradição antiga e muito semelhante ao Dia das Bruxas ou Halloween; No dia 1 de Novembro, Dia de Todos-os-Santos em Portugal, era costume as crianças saírem à rua e juntarem-se em pequenos grupos para pedir o Pão-por-Deus, porta a porta; recitavam versos e recebiam como oferenda

da pão, broas, bolos, romãs e frutos secos, nozes, tremoços, amêndoas ou castanhas, que colocavam dentro dos seus sacos de pano, de retalhos ou de bolsas.

O dia de Pão-por-Deus era também o dia em que antigamente se oferecia pão, bolos, vinho e outros alimentos aos mortos, de forma a pedir pela sua alma. É essa a origem deste ritual cristão, no qual as crianças (*e também adultos, mas menos*) que participam nos peditórios representam as almas dos mortos que «*neste dia erram pelo mundo*».

Então, decidimos levar as nossas crianças a conhecer e recriar este costume na Padaria da dona Bárbara, depois da escola; recitámos o tradicional verso e em troca, podemos deliciar-nos com as ótimas broas que nos ofereceram!



**Verso de Pão-por-Deus:  
Pão por Deus,  
Fiel de Deus,  
Bolinho no saco,  
Andai com Deus.**





# Newsletter

Santa Casa da Misericórdia de Canha



## A nossa Avó ... Alice!

**Animadora:** Como se chama? Data de nascimento?

**Utente:** Alice de Jesus Pereira, 8 de Novembro de 1941.

**Animadora:** Por onde morou durante a sua vida?

**Alice:** Enquanto fui solteira morei na Ajuda, depois quando me casei fui morar para o Lavradio. O meu casamento não correu muito bem, percebi isso desde o primeiro dia, mas onde estivesse o meu filho eu estava, por isso fui ficando. Na época do Natal de 1975 tivemos a última discussão, mandei o Vítor (filho) vestir um sobretudo e sai porta fora. Apanhei o único táxi que havia no Lavradio e voltei para a Ajuda. Ele nunca achou que eu saísse de casa (...) Quando organizei a minha vida fui para a Reboleira onde vivi 40 anos. É lá que ainda tenho os meus amigos, pessoas com quem posso sempre contar. Em Janeiro de 2015 vi uma notícia na televisão que dizia que os jovens não terminavam os estudos por falta de dinheiro e então percebi que rumo dar a minha vida. Percebi que tinha de ajudar o meu neto a terminar os seus estudos. De Janeiro a Abril estudei muito bem esta ideia e juntei o meu filho, a minha nora e o meu neto que é muito bom aluno e disse-lhes que queria vender a minha casa e parte desse dinheiro seria para os estudos do meu neto. Nessa altura fui morar com eles e ano e meio depois vim para a Santa Casa da Misericórdia de Canha.

**Animadora:** Então e trabalho? Que trabalho teve?

**Alice:** Fui sempre Contabilista, tirei o curso e toda a vida fui Contabilista. Entrei para o escritório com 18 anos e nunca deixei de trabalhar. Estive 12 anos a chefiar uma equipa, ninguém fazia nada sem a minha autorização (...) mas o mais difícil é mesmo chefiar mulheres. É muito complicado. Nesta mesma empresa tive que me despedir por causa de uma operação que não correu bem. Fiquei um ano desempregada onde comecei a dar explicações e comecei a trabalhar noutra empre-

sa onde fiquei até a reforma.

Os Contabilistas fazem muita coisa, passam guias, conferem faturas, lançam os diários, fazem os livros selados que agora já não existem mas na altura tínhamos de ir as finanças carimbá-los para poder trabalhar. Tive pena de enquanto estive a chefiar fazer pouca contabilidade, como tinha de gerir tudo não sobrava tempo para os papéis.

**Animadora:** O que fazia nos tempos livres?

**Alice:** Tempos livres, não tinha tempos livres, dei catequese durante 20 anos (1976/1996). Todo o tempo que tinha era dedicado aos jovens. E eles retribuía esse afeto. Em 2012 organizaram sem eu saber, com a ajuda do meu filho e fizeram-me um almoço de homenagem. Alguns dos jovens vieram com as famílias, os filhos, houve outros que vieram de Ponte de Sor. Foram os melhores tempos da minha vida, dava catequese a várias classes, mas houve um grupo de jovens de várias idades que não se enquadravam em lado nenhum e então criaram um grupo só deles e disseram que se eu não participasse não valia a pena o grupo existir. Então criamos, juntos, o grupo Oásis. Íamos para todo o lado, passear ao parque, acampar, fazíamos tudo como uma família, até chegamos a fazer um Natal na minha casa. Depois da Missa do galo, fomos todos lá para casa tocar guitarra e cantar. Tempos livres eram muito poucos, mas quando tinha eram para escrever. A escrita era o meu refúgio. Escrevia poemas ou prosas e exprimia assim os meus sentimentos. Tempos livres (*entre muitos risos*). Uma vez um Padre veio ter comigo e disse "*Alice, venho pedir-lhe uma coisa porque sei que não tem tempo*" Pois, claro, todos dizem que não têm tempo e não ajudam os outros mas quem realmente não tem tempo tem sempre vontade em ajudar os outros. E assim foi, depois de sair do trabalho e no final da catequese, já a noite, eu fiz o favor que me foi pedido.

**Animadora:** E o seu filho acompanhava o grupo?

**Alice:** Sim, claro que sim. Apesar de ser o mais novo andava sempre connosco.

**Animadora:** O que tem mais saudades?

**Alice:** Da altura em que estava com os jovens, no período em que o meu filho teve dos 8 aos 18 anos. Andava sempre comigo, acompanhava-me para todo o lado.

**Animadora:** Então e a SCM Canha, o que tem a dizer?

**Alice:** Sinto-me bem onde estou, de tal maneira que até já mudei a morada para aqui.

**Animadora:** O Que dizem os seus olhos?

**Alice:** Olhe, até esses!! Até esses já têm vidros cá dentro que até já aos olhos eu fui operada.



# Newsletter

*Santa Casa da Misericórdia de Canha*

## São Martinho a chegar...

O S. Sebastião não vive sozinho,  
É o Padroeiro do Lar!  
Abriu portas ao S. Martinho,  
Para nos vir visitar!

Também há a mesa posta!  
Há um barril há entrada!  
De vinho muita gente gosta  
Mas o barril não tem nada!



No Lar de S. Sebastião,  
Festeja-se o S. Martinho!  
Há grande animação,  
Também há castanhas e vinho!

Mas continuemos com fé!  
Confiemos nas nossas manhas!  
Talvez se arranje água-pé  
Para acompanhar as castanhas!



Toda a gente assiste à festa.  
Colaboradores, familiares e  
utentes!  
Aproveitando o tempo que resta,  
Todos de formas diferentes!

Com isto assim termino  
De forma muito gentil!  
O José Manuel e o Adelino  
Restauraram o barril!  
por Adelino Santos

## IRS 2018 CONTAMOS CONSIGO!

**DESTINE 0,5% DO SEU IRS À  
SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CANHA**

*“É DANDO QUE SE RECEBE”*

9	CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO (LEI Nº 16/2001, DE 22 DE JUNHO)	
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS DO IRS CONSIGNADO		NIPC
<input type="checkbox"/>	Instituições Religiosas (art. 32º, nº 4)	901
<input checked="" type="checkbox"/>	Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública (art. 32º, nº 4)	500892598

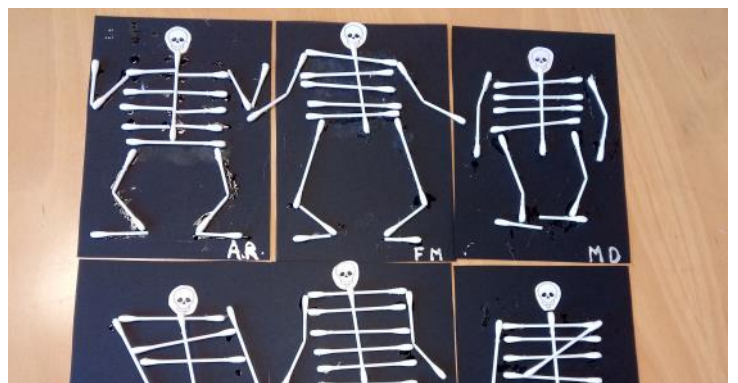
# Newsletter

## Santa Casa da Misericórdia de Canha

Partilhamos algumas das muitas **ATIVIDADES** realizadas ao longo do mês.

No **Dia da Conservação da Natureza** os utentes da UCCI plantaram ervas aromáticas que foram crescendo na nossa sala e chegou a altura de serem colhidas pelos utentes. Depois da colheita simbolicamente fomos entregá-las à cozinha e aproveitámos para conhecer as instalações onde são feitas as nossas refeições. Fomos muito bem recebidos por toda a equipa, que nos fizeram uma visita guiada com direito a um maminho doce no final.

Com o **Halloween** à espreita começaram também as atividades para realizar a decoração temática.





# Newsletter

## Santa Casa da Misericórdia de Canha

### Cantinho do Funcionário, à conversa...

**Utente:** Como se chama?

**Funcionaria:** Querem saber o nome todo? Marlene Dalila Gomes Pedreirinho.

**Utente:** Há quanto tempo está na Instituição?

**Marlene:** Estou à cerca de um ano e quatro meses.

**Utente:** Qual a sua função na Unidade?

**Marlene:** Sou psicóloga.

**Utente:** O que a motiva a realizar este trabalho?

**Marlene:** Gosto de ajudar o próximo, é um trabalho que eu gosto muito. Não o encaro como trabalho, faço com amor.

**Utente:** O que gosta de fazer nos tempos livres?

**Marlene:** Gosto de passear, por mim estava sempre a passear. Gosto de ler e ir ao cinema.

**Utente:** Que sonho gostaria de realizar?

**Marlene:** Gostava de abrir um centro para crianças e jovens em risco. É um grande sonho!

**Utente:** O que gostava de fazer nos tempos livres que ainda não faz?

**Marlene:** Gostava de ir ao ginásio.



Morada: Avenida dos Bombeiros Voluntários de Canha, 2985-033 Canha  
Telef.: 265897114 | Fax.: 265897979 Email: [scmc.canha@sapo.pt](mailto:scmc.canha@sapo.pt)  
Site: [www.scmc.canha.pt](http://www.scmc.canha.pt)