

Boletim Informativo



**Misericórdia
de Loures**

Acolher de coração. Desde a raiz.

8 · Setembro 2021 · Trimestral · Santa Casa da Misericórdia de Loures · Versão Digital

DESTAQUE

**“Café Memória”,
a ganhar vida
em Loures**

NOTÍCIAS

União das
Misericórdias
recebe Prémio

TESTEMUNHO

Madrinhas da
Loja dos Afetos
Partilhados

FÉ

Perdoar as
Ofensas

CULTURA

O Canto e
a Memória

MISSÃO

Dar um
pouco do
nosso tempo

EMPRESAS AMIGAS

VigaPrintes



**“CAFÉ MEMÓRIA”,
A GANHAR VIDA EM LOURES**

Mensagem do Provedor



Duarte Nuno Morgado
Provedor

O mês de setembro é normalmente associado ao regresso às aulas, aos ritmos alucinantes das famílias, à retoma da vida regular após um período de férias. Tempo de recomeços, acaba por ter quase a mesma força que o início de cada ano com a renovação dos propósitos assumidos e dos compromissos que ainda se pretendem cumprir. Por tudo isso é também muito importante que nos perguntemos sobre quais as novas perspetivas que temos perante uma breve ou até mais longa pausa para férias. Afinal, cada recomeço tem a força da vontade de fazer melhor, de ultrapassar dificuldades anteriores e com novo vigor, tentar viver melhor cada dia.

A Misericórdia de Loures vive também dessa vitalidade que os Voluntários, os Irmãos e os Amigos trazem consigo e conseguem transformar em ações junto da comunidade, sempre pelo bem comum.

FICHA TÉCNICA

DIREÇÃO

Duarte Nuno Morgado
Sara Eckerson

IMAGEM GRÁFICA E PÁGINAÇÃO

Sónia Simões Pereira

FOTOGRAFIA

Bancos de Imagem

TIRAGEM

200 exemplares

GRÁFICA DE IMPRESSÃO

VígaPrintes

Boletim Informativo
escrito nos termos do
Novo Acordo Ortográfico.

Nesta edição e com grande motivação é notícia o recém assinado protocolo entre a Associação Alzheimer Portugal e a Misericórdia de Loures, dando início a novos passos em direção à luta contra a ausência de respostas no âmbito da saúde mental e no seu mapeamento no Concelho de Loures. Outra notícia distinta é a recente atribuição do Prémio do Cidadão Europeu à União das Misericórdias Portuguesas, extensível a todas as suas associadas.

Damos a conhecer uma das Irmãs e Voluntárias desta instituição que mais se tem destacado na missão do cuidado do próximo de forma discreta e abnegada - trata-se de Maria José Isendra; e ainda contamos com dois testemunhos das madrinhas da Loja dos Afetos Partilhados, que nos falam do seu envolvimento com este projeto.

Da pena do nosso Capelão recebemos mais um artigo dedicado às Obras de Misericórdia e no âmbito das Empresas Amigas, destaca-se a gráfica Vigaprintes, que desde a sua associação enquanto empresa amiga, se tornou também parceira junto da nossa Equipa de Comunicação, contribuindo para uma melhoria na qualidade comunicativa da instituição. Por fim, importa salientar que na área da cultura publicamos o artigo da nossa Irmã Sara Eckerson a propósito da importância do canto e da memória.

Índice

FÉ \

> Obra de Misericórdia: Perdoar as ofensas

MISSÃO \

> Dar um pouco do nosso tempo

NOTÍCIAS \

> União das Misericórdias recebe Prémio

> Café Memória, a ganhar vida em Loures

TESTEMUNHOS \

> Madrinhas da Loja dos Afetos Partilhados

PÁG.

4

5

6

7/8

11



5



6



13



7/8



17

CULTURA \

> O Canto e a Memória

EMPRESAS \

> VigaPrintes

AGENDA \ SABIA QUE

PÁG.

13

14/15

17



PERDOAR AS OFENSAS

Enviai a vossa luz e verdade, sejam elas o meu guia e me conduzam à vossa montanha santa e ao vosso santuário.

Salmo 43, 3

Hoje (6ª feira, dia 24 de setembro) rezamos este salmo na missa. O salmista reza a sua vida de sofrimento e pede a Deus que volte a olhar para ele. Ao olhar misericordioso de Deus, à Sua luz e verdade, segue-se a condução até ao santuário, à proximidade e intimidade com Deus.

E Deus sempre acolhe aquele que quer retomar o caminho certo, mais Deus espera e convida a esse regresso, pois é "Deus misericordioso e clemente, vagaroso na ira, cheio de bondade e de fidelidade, que mantém a sua graça até à milésima geração, que perdoa a iniquidade, a rebeldia e o pecado, mas não declara inocente o culpado e pune o crime dos pais nos filhos, e nos filhos dos seus filhos até à terceira e à quarta geração.» (Ex 34, 6b-7).

Sabemos que Jesus não só ensinou, mas viveu em permanente atitude de acolhimento dos pecadores que queriam começar novos caminhos. Assim respondeu à pergunta de São Pedro, dizendo que devemos perdoar setenta vezes sete (cf Mt 18, 22) e, na cruz, pede o perdão para os que O estavam a crucificar "Perdoa-lhes, Pai, porque não sabem o que fazem." (Lc 23, 34).

Assim deve ser a vida de quem segue a Jesus, rosto do Pai Misericordioso. Sabemos que, por vezes, o primeiro impulso é de reação, de violência, de vingança. É verdade que a ofensa não vem de nós, mas nós somos responsáveis por aquilo que fazemos com as ofensas que nos fazem. A ofensa que retemos, faz-nos mal a nós mesmos, ficamos presos na mágoa e no rancor.

Desentendimentos, mágoas, acontecem todos os dias, portanto, nos meios em que mais vivemos: na família, trabalho, vizinhança. Sem perdão a convivência torna-se cada vez mais difícil, por vezes insuportável.

Perdoar torna-se, assim, duplamente necessário: para refazer as relações, melhorar a convivência e para fazer como Deus faz connosco. Ele quer sempre que o está perdido se encontre, o que está morto volte à vida (cf Lc 15, 32). Como perdoar? Não mandamos na memória, não somos capazes de esquecer. Mas podemos decidir não fazer justiça, apostar ainda mais na relação (mas sem superioridade, porque perdoei). Ser claro no dizer ao outro porque me senti ofendido e que lhe perdoo.

Pe. Francisco Inocêncio\
Capelão da SCMLoures e
Pároco de Santa Maria de Loures

Missão



DAR UM POUCO DO NOSSO TEMPO

Maria José Isendra é uma das nossas muito queridas voluntárias, dedica-se ao voluntariado na Misericórdia de Loures há cerca de 20 anos, mas conta com muitos mais anos de espírito voluntário.

"Neste momento estou aposentada, mas há 30 anos que me dedico ao voluntariado e é a melhor motivação para me manter ativa. Comecei na minha área profissional – enfermagem, ajudo em tratamentos e procuro continuar a apoiar com o conhecimento que adquiri ao longo dos anos. Mas também estou na Misericórdia de Loures, acompanho esta bela instituição quase desde cedo e aqui descobri que há tantas e várias formas de ajudar.

Também visito várias pessoas que vivem sozinhas, ouço-as e ajudo a sentirem-se valorizadas. Muita gente precisa de um sorriso amigo, principalmente depois dos tempos difíceis que passamos e há muitas pessoas que se sentem sozinhas, às vezes parece pouco mas é um gesto que pode fazer a diferença na vida de quem nos rodeia.

Peço a todas as pessoas que tenham disponibilidade e deem um pouco do seu tempo em prol de quem mais precisa. A Misericórdia de Loures é o local ideal para ter um papel ativo na nossa sociedade e na nossa cidade, somos um grupo pequeno, mas muito coeso e tenho a certeza que todos temos feito um bom trabalho."

Maria José Isendra \ Voluntária
Tiago Carriço \ Técnico de Comunicação

Notícias

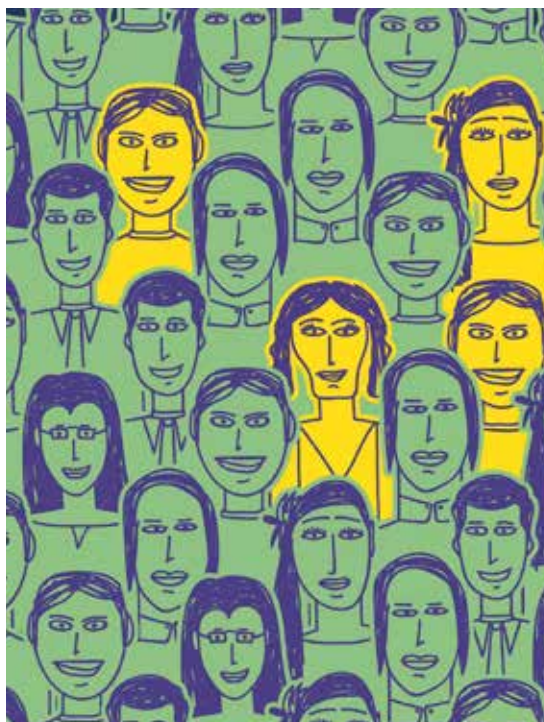
UNIÃO DAS MISERICÓRDIAS RECEBE PRÉMIO

O Parlamento Europeu atribuiu o Prémio do Cidadão Europeu à União das Misericórdias Portuguesas (UMP).

A Misericórdia de Loures é uma das 387 misericórdias que procuram manter a excelência e a resiliência no que diz respeito à prestação de cuidados de saúde ou de apoio social à população mais vulnerável, mas não só. A inovação social, a valorização da cultura local e a coesão territorial são outras áreas de atuação em que todas as misericórdias procuram manter o comportamento excecional.

Manuel Augusto Lopes de Lemos, presidente da União das Misericórdias Portuguesas, realça o orgulho que sente pelo trabalho árduo de todos os colaboradores, principalmente em tempos de pandemia onde foi necessário de redobrar os esforços.

Rita Salvado\
Técnica de Comunicação



Clínica
Av. Dr. António Carvalho
Figueiredo 28b
2670-405 Loures,

Contactos
93 882 54 53
recepcao@hbclinic.pt

SPA
Centro Comercial Loures Shopping
Av. das Descobertas nº90 Loja A
2670-457 Loures,

Contactos
96 871 21 44
spa@hbclinic.pt

PODE PENSAR EM SI, AO MESMO TEMPO QUE PENSA NO PRÓXIMO.

Aproveite o desconto de 20% na Health Beauty Clinic
para Irmãos e Amigos da Misericórdia de Loures.

Adira ao Cartão Amigo da Misericórdia de Loures >



Quem ajuda, Amigo é!



Já conhece o Cartão
que apoia grandes causas?

Pode aderir ao Cartão Amigo ou Empresa Amiga!

Informe-se aqui: geral@misericordiadeloires.com / 965 894 406





Destaque

“CAFÉ MEMÓRIA”, A GANHAR VIDA EM LOURES

O “Café Memória” é um local de encontro para pessoas com problemas de memória ou demência e os seus familiares, amigos e cuidadores. Tem como principal objetivo a partilha de informação, experiências e suporte mútuo.

O concelho de Loures necessita de respostas específicas na área das Demências. É neste contexto que surge o “Café Memória”. Um projeto que resulta de uma parceria entre a Associação Alzheimer Portugal, a empresa Sonae Sierra, entidades promotoras a nível nacional, e a Misericórdia e o Município de Loures.

O “Café Memória” em Loures ganha vida com a assinatura do protocolo entre as entidades parceiras, celebrada no passado dia 21 de Setembro, Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer e as sessões terão lugar aos segundos sábados de cada mês, das 10h às 12h, no Arquivo Municipal.





A Alzheimer Portugal é uma associação de âmbito nacional e tem como missão promover a qualidade de vida das Pessoas com Demência e a dos seus familiares e cuidadores.

Algumas das suas principais tarefas consistem em informar, apoiar e encaminhar as Pessoas com Demência e os seus cuidadores para as respostas que existem na comunidade e capacitar cuidadores informais e profissionais. Além disso, como IPSS, a associação tem implementado algumas respostas sociais e diversos serviços prestados a preços sociais em vários pontos do País.

"É também uma Associação de Doentes com cerca de 12.000 associados que desempenha um papel único na representação, mobilização e empoderamento das cerca de 200.000 Pessoas com Demência que se estima existirem em Portugal e dos seus cuidadores. Contribui ativamente para a consciencialização da comunidade com vista a reduzir o desconhecimento e o estigma." refere Catarina Alvarez, Psicóloga Clínica e Responsável pelas Relações Institucionais da associação.

Hoje sabemos que até 40% das Demências podem ser prevenidas. Para tal, estar corretamente informado é essencial para implementar estratégias com vista a reduzir o risco. No website da Alzheimer Portugal é possível encontrar informação fidedigna sobre o tema da prevenção e sobre os vários sinais de alerta associados à Demência. Catarina Alvarez realça ainda: "O aspeto principal a ter em conta é se as alterações verificadas interferem ou não nas atividades de vida diária e, consequentemente, na autonomia da pessoa. Em caso afirmativo, é aconselhável o recurso a uma consulta médica".

Tornar-se associado, fazer donativos ou integrar a equipa de voluntários são algumas das formas como pode apoiar a causa das Demências e o trabalho desenvolvido pela Alzheimer Portugal. Adira às redes sociais e consulte o website da Alzheimer Portugal para se manter informado e participar nas campanhas de consciencialização.

"Tal como é referido no âmbito da campanha "Amigos na Demência", todos nós podemos desempenhar um papel importante se aprendermos um pouco mais sobre a Demência e, depois, transformarmos essa aprendizagem em ação.", afirma Catarina Alvarez.



Catarina Alvarez\ Psicóloga Clínica e Responsável pelas
Relações Institucionais da Associação Alzheimer Portugal
Sara Alexandra Sousa\ Técnica de Comunicação

Voltar
a
sorrir



Misericórdia
de Loures

Acolher de coração, Desde a raiz.

Gabinete de Psicologia Clínica

Para todas as faixas etárias

Marque a sua consulta 219 822 134 | 965 894 406

gabpsicologia@misericordiadeloires.com

Ansiedade
Ataques de Pânico
Depressão
Stress Pós-Traumático
Luto e Perdas
Isolamento Social
Fobias
Dificuldades de Adaptação
Dificuldades a Nível
Interpessoal

Dificuldades Emocionais
Irritabilidade
Insegurança | Baixa Autoestima
Dificuldades ao Nível do Sono
Perturbações de Humor
Burnout
Falta de Motivação
Dificuldades na Tomada
de Decisão
Desenvolvimento Pessoal

Testemunhos

MADRINHAS DA LOJA DOS AFETOS PARTILHADOS



"Loures acolheu-me quase há 3 anos e a hipótese de apadrinhar o projeto Afetos Partilhados surge como uma oportunidade de agradecer e retribuir ao Concelho que tão bem me recebeu, a mim e à minha família.

Quantas vezes queremos ajudar mas não sabemos como ou onde? A loja física Afetos Partilhados permite-nos de forma eficaz contribuir e ajudar diretamente quem mais precisa. E sentir que podemos auxiliar os mais pequenos e as suas famílias, criando melhores condições de Vida, é para mim, uma grande honra. Porque se eu sou madrinha deste projeto tão bonito, sou sobretudo uma feliz afilhada deste Concelho."

Elizabete Vila-Viçosa\
📍 Mini Mô Gardens

"Costuma dizer-se que quando um bebé nasce, nasce uma mãe e que quando uma mãe sofre, todas as mães sofrem.

A maternidade reprograma-nos as prioridades e passamos a olhar as crianças com um sentimento inigualável e a ter muito respeito por esta caminhada única, que é a da maternidade. Nem sempre cor de rosa para todas, sobretudo as que atravessam maiores dificuldades. Quantas vezes queremos ajudar outras mães e não sabemos como? Ou quantas vezes temos coisas em bom estado e não sabemos onde ir entregar?

Ter oportunidade de apadrinhar este projeto é saber que estou a contribuir para uma corrente positiva de amor que passa de mãe para mães e saber que posso chegar a quem mais precisa. A loja dos Afetos Partilhados foi uma boa surpresa no concelho pois permite-nos ajudar diretamente quem mais precisa, seja através de doações ou compra de artigos na loja.



É para mim, uma grande honra fazer parte deste projeto tão nobre criado para ajudar outras mães. "

Raquel Rodrigues\
📍 raquelrodrigues_babytime

Cultura



O CANTO E A MEMÓRIA

*A idade tudo leva, até a memória. Lembro-me de que, em criança, levava longos sóis a cantar... Agora tudo esqueci.*¹

Este excerto de Virgílio, dada a sua forma, faz lembrar uma passagem da Bíblia:

Neste mundo, tudo tem a sua hora; cada coisa tem o seu tempo próprio.

O sentimento expressado por Virgílio captura um sentido do pastoril tanto na literatura, como na arte: a nostalgia de um tempo passado. O interlocutor de Virgílio lembra-se de cantar durante os longos dias de sol (presumivelmente de verão). No entanto, não se lembra exatamente dos cânticos que cantava. Este tipo de nostalgia por um tempo mais inocente pode-nos também dizer algo sobre a nossa relação com a música da nossa infância.

Do ponto de vista de alguém que faz música ativamente na nossa comunidade da Santa Casa da Misericórdia de Loures – e ainda da minha atividade como organista e cantora no coro da Igreja Matriz – a frase de Virgílio inspira ainda outro pensamento: às vezes os cânticos cantados na missa de Domingo são muito familiares; mas de vez em quando, na Páscoa, no Natal, ou em dias de Festas Santas, nota-se que há cânticos que são familiares, mas de uma forma peculiar. Um cântico especial consegue tocar no sentido de uma lembrança dum tempo passado. E esta recordação traz consigo a memória de uma missa em particular e de uma era diferente.

O nosso afeto por cânticos específicos pode sugerir, quando se o canta, uma certa melodia, e esta traz consigo uma alegria de vida embrulhada na memória de longos sóis de verão (por exemplo). A memória, como tesouro nosso, ajuda-nos, na nossa prática de cantar, a ter uma visão mais universal no ato de adoração de Cristo, que transcende o nosso tempo presente enquanto essa memória está presente.

De Virgílio ao Eclesiastes, percebemos que há um tempo para cantar músicas mais leves ou, por sua vez, músicas litúrgicas cheias de significado, sem, no entanto, perceber o seu verdadeiro significado. Quando éramos crianças, cantávamos como crianças. No entanto, ao revisitar um cântico antigo no presente ajudamos a pôr em perspetiva a nossa vida com Deus; e esta memória mostra-nos como um cântico pode acordar em nós a própria memória da alegria e da inocência, levando-nos a pensar em Cristo na maneira bonita e sui generis das crianças. A nossa reflexão presente sobre o cântico, porém, situa esta alegria abundante na sabedoria dos passos de Cristo e na responsabilidade da nossa fé.

¹ Virgílio. "Bucólica IX" in Bucólicas, Maria Isabel Rebelo Gonçalves, trad. (Lisboa: Verbo, 1996), 85.

² Eclesiastes 3:1 (BPT).

Sara Eckerson\
Equipa de Comunicação



loja dos **Afetos**
Partilhados

PRECISAMOS DE VOLUNTÁRIOS

A Loja dos Afetos Partilhados precisa de si e um pouco do seu tempo para continuar a ajudar as mães e famílias com falta de recursos para os seus bebés.



Empresa Amiga



Se procuramos conquistar tempo e atenção dos clientes, o papel é um suporte de comunicação a considerar. A publicidade tem evoluído nestes últimos 25 anos e na Vigaprintes trabalhamos para acompanhar as novas tendências e necessidades das empresas. Não somos uma empresa criativa, mas imprimimos a criatividade.

Somos uma gráfica, trabalhamos com tudo o que seja papel e começámos em 1997 com impressão de cartões de visita, envelopes, calendários de mesa e folhetos.

Com o avanço da tecnologia vieram novas possibilidades para criar peças mais criativas: impressão de ouro, prata, hologramas e raspadinhas foram algumas das novidades que começámos a trabalhar. Nesta altura a impressão só era vantajosa em grandes quantidades. Começou a aparecer a impressão digital para pequenas quantidades e a personalização de campos. Através da impressão digital foi possível trabalhar o mailing postal com personalização do nome e morada para apoiar o marketing direto e a comunicação de 1 para 1 feita pelas empresas com maior proximidade dos seus clientes.

Depois da impressão de livros, brochuras, catálogos com capa mole e capa dura, veio a plastificação e também a embalagem. A impressão de caixas e sacos de papel tem marcado estes últimos anos. Se o mundo está cada vez mais digital e passamos muitas horas do dia a olhar para ecrãs, também é verdade que mais rapidamente apagamos um e-mail do que deitamos um folheto ou catálogo para o lixo. Além de reciclável, o papel é cada vez mais um luxo, receber comunicação em papel começa a ser pouco normal e quando recebemos sentimos exclusividade e um tratamento diferenciador. Se procuramos conquistar tempo e atenção dos clientes, o papel é um suporte de comunicação a considerar.

A Vigaprintes é uma jovem empresa motivada no progresso e inovação para acompanhar tendências e continuar a apresentar soluções inovadoras aos nossos clientes através do suporte físico: papel.

Sérgio Vicente\
Diretor Geral da VigaPrintes

AGENDA

> Outubro:
Lançamento da Loja Solidária Online

> Outubro/Novembro:
Visita a Fátima

> Dezembro:
Retiro do Advento 2021



SABIA QUE...

...o Atelier da Misericórdia é um atelier que fica no Mercado Municipal de Loures?

Foi criado pelas voluntárias da instituição para ajudar na construção da Casa Sant'Anna - Residência Sénior. Venha visitar o Atelier e conheça os talentosos artesãos da Misericórdia de Loures!



A VigaPrintes concedeu generosamente a impressão deste Boletim.