

# Boletim Informativo



Misericórdia  
de Loures

Acolher de coração. Desde a raiz.

#9 · Dezembro 2021 · Trimestral · Santa Casa da Misericórdia de Loures · Versão Digital

**DESTAQUE**  
CAE celebra  
os Direitos  
da Criança

## NOTÍCIAS

"Vamos Celebrar  
o Natal"

## TESTEMUNHO

Projeto  
Café Memória

## FÉ

Suportar com  
Paciências as  
Fraquezas do Outro

## CULTURA

O Presépio

## REFLEXÃO

A Alegria  
na Espera

## EMPRESAS AMIGAS

Oculista da  
Avenida de Roma



**ADVENTO:  
TEMPO DE ESPERANÇA**

# Mensagem do Provedor



Duarte Nuno Morgado  
Provedor

## TEMPO DE ESPERANÇA

Todos os anos somos confrontados com a vivência das grandes datas festivas e reconhecemos como nos passam ao lado no seu significado mais autêntico. A questão maior será compreender de que modo podemos viver melhor estas festividades? Entendendo-as, mergulhando nelas e compreendendo como se revestem de atualidade e de futuro.

O Natal é isso mesmo: ter os olhos na história presente da humanidade e entender que o futuro é de outra ordem de grandeza, não à escala da nossa vontade, mas da liberdade que nos foi dada a viver. Estes tempos que vivemos desafiam-nos diariamente a pensar sobre que esperança trazemos em nós.

Para os que acreditam em Jesus a esperança nunca poderá acabar, porque percebemos muito bem que aqui e agora vivemos provisoriamente, e que é no seu Amor que haveremos de continuar a viver para sempre. Mas é aqui e agora que somos também convidados a dar sinais dessa esperança e, por isso, dessa certeza.

Acreditamos porque sabemos e sabemos porque vivemos. Sim, vivemos o tempo da esperança e somos o povo da esperança e é por isso que no Natal renovamos a vontade de ao longo do ano seguinte sermos sempre melhores, porque acreditamos, sabemos e vivemos a doce presença do Amor de Deus em Jesus que sempre nos acompanha.

Em nome da Misericórdia de Loures um Santo Natal!

### FICHA TÉCNICA

#### DIREÇÃO

Duarte Nuno Morgado

#### IMAGEM GRÁFICA E PÁGINAÇÃO

Sónia Simões Pereira

#### FOTOGRAFIA

Bancos de Imagem

Boletim Informativo  
escrito nos termos do  
Novo Acordo Ortográfico.

# Índice

## FÉ \

- > Suportar com Paciência as Fraquezas do Outro

## REFLEXÃO \

- > A Alegria na Espera

## NOTÍCIAS \

- > "Vamos Celebrar o Natal"
- > Misericórdia de Loures participa na Assembleia-Geral da UMP
- > Feira do Voluntariado - ISCSP
- > Recolha de Bens Alimentares pela Kids Club Infantado
- > CAE no encontro "Dinâmicas com Sustentabilidade"
- > Pela vontade de fazer o Bem
- > 2º Encontro de Voluntários

PÁG.

4

5

6

6

8

8

9

10

10



17

- > Misericórdia escolhida para entrega de Bens Alimentares 11
- > Presença da Misericórdia de Loures no 1º de dezembro 12
- > CTT convida Misericórdia para o CTT e-Commerce day 13
- > Almoço de Natal dos Voluntários da SCMLoures 14

## DESTAQUE \

- > CAE celebra os Direitos da Criança 17

## TESTEMUNHO \

- > Projeto Café Memória 19

## CULTURA \

- > O Presépio 20

## EMPRESAS AMIGAS \

- > Oculista da Avenida de Roma 23



20

# Fé



## SUPORTAR COM PACIÊNCIA AS FRAQUEZAS DO OUTRO

O povo que andava nas trevas viu uma grande luz; para aqueles que habitavam nas sombras da morte uma luz começou a brilhar.

Salmo 9, 2

Assim abre a liturgia da palavra na "Missa do Galo". Uma luz começa a brilhar. A vida do mundo e de cada um de nós é um dinamismo. Começou e vai-se desenvolvendo. Somos sempre seres em construção, como dizia um professor meu, o homem é um "sendo" e não tanto um ser já feito e imutável.

Estando em construção somos seres inacabados. Para que a construção se desenvolva no sentido correto vamos nos ajudando uns aos outros neste processo de crescimento. Por isso já vimos a importância de "ensinar os ignorantes" e de "corrigir os que erram".

Somos inacabados, somos pecadores, somos sendos em construção. Por isso falhamos. Todos têm fraquezas, debilidades e, deste modo, fazem o mal que não devem e deixam por fazer o bem que podem fazer. E isto traz dificuldades no nosso relacionamento diário. Mesmo depois da ajuda em que a ignorância é ensinada e o erro corrigido, ainda não está tudo feito. Então fazemos a experiência de nos sentirmos incomodados, às vezes até prejudicados, pela fraqueza dos outros.

Diante do incômodo que a fraqueza do outro a nossa reação deve ser, então, de paciência. Paciência como que comporta as palavras paz+ciência. É bem diferente de desprezo, de não ligar ao outro. Significa olhar o outro como alguém em crescimento e que, ainda, não venceu aquela fraqueza (algumas demoram uma vida inteira até as conseguirmos vencer!).

Pode reagir com paciência quem é forte e não quem é fraco, quem está ciente do seu valor e da sua dignidade e não se sente ameaçado pela fragilidade do outro. Vive a paciência quem sabe que ele próprio e os outros estão em crescimento e acredita que esse crescimento existe mesmo, é possível e que, o próprio e os outros, procuram e estão empenhados nesse mesmo processo de crescimento. No Natal celebramos o mistério da Encarnação do Filho de Deus, isto é, Jesus assumiu a nossa condição, "vestiu a nossa pele", colocou-Se ao lado da humanidade fraca e pecadora para caminhar conosco e nos mostrar este caminho de paciência, esperança e solidariedade.

Que a celebração deste Natal seja suporte para os mais fracos, estimulando-os no seu processo de construção.

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



# Reflexão

## A ALEGRIA NA ESPERA

Ninguém gosta de esperar, quer o atendam num serviço público, como no banco ou no médico, ou em tantas outras situações do quotidiano. Quantas vezes já desistiu de estar numa fila? E quantas lamentou o tempo gasto esperando o autocarro nada podendo fazer do seu tempo: nem descansa, nem vê a hora de chegar ao destino. São exemplos de esperas passivas e só podemos iludi-las ou enriquecê-las observando os que nos rodeiam ou lendo.

Realidade bem diferente é a espera do Natal que em cada ano celebra o nascimento do filho de Maria Santíssima, o mais fecundo da História da Humanidade. Esta é, deve ser, tem que ser uma ESPERA ATIVA. Não, não falo daquele frenesim do trânsito, das compras, do excesso de iguarias. Serenemos o espírito, façamos um esforço real para dar lugar ao outro. Muitos precisam de nós, não dos nossos presentes, mas que estejamos presentes. Que bom ser o melhor presente que alguém pode ter!

Façamos como quando se aproxima o aniversário de alguém de quem gostamos. Alegramo-nos interiormente e ficamos entusiasmados ao pensar nesse dia. Pensamos na preparação do local, na alegria de conviver com os que se juntarão para festejar. Providenciamos em tudo o que possa trazer felicidade ao aniversariante. E nesse dia, deixamos para depois outras preocupações e afazeres e ficamos disponíveis para, celebrando, prestar a nossa homenagem e mostrar o nosso afeto.

Podemos, de modo semelhante, preparar-nos para o Natal. Lembremo-nos que na sua pregação Jesus nos disse que tudo o que fazemos aos outros é a Ele que o fazemos. Tentemos ser o remédio na vida de outras pessoas de modo simples e que está ao nosso alcance: uma visita, uma palavra, uns momentos do nosso tempo e atenção, um abraço ou apenas um sorriso.

Estarmos presentes na vida das pessoas que amamos é para nós um milagre poderoso. Sejamos responsáveis por ser um milagre na vida de alguém pois somos uma centelha do divino. Os crentes têm maior responsabilidade. Se os cristãos apenas se preocupam com o seu próprio bem estar, com luzes e enfeites, participando na correria consumista, que importa dizerem que acreditam?

Para que outros se sintam atraídos e conquistados para Deus precisam de ver as diferenças de comportamento, as ações que atestam a fé em Jesus Cristo. Façamos, pois, deste advento, uma espera útil praticando a fraternidade. Deus bate à porta da nossa consciência, mas não arromba, não força. Bate com gentileza e respeito porque o amor é paciente. Esperemos confiantes mas ativos. Que este Natal nos renove e pacifique na contemplação do Menino.

# Notícias

## “VAMOS CELEBRAR O NATAL”

No passado sábado, dia 11 de dezembro, realizou-se a 2.ª sessão do Café Memória de Loures, que tem lugar no Arquivo Municipal de Loures, todos os segundos sábados de cada mês.

Esta sessão foi dedicada à época natalícia, sendo que o tema foi “Vamos celebrar o Natal”.

Além do habitual café que permite partilhas de histórias entre os participantes e com a equipa, realizou-se também uma atividade individual, ao som das mais conhecidas músicas desta época, em que cada participante construiu e decorou um efeito para colocar na árvore escrevendo no verso uma memória especial de um dos seus Natais.

No final, todos os participantes partilharam a sua memória e penduraram a sua bola na árvore, que é este ano a Árvore de Natal da Santa Casa da Misericórdia de Loures - a Árvore das Memórias. Foi, sem dúvida, uma sessão especial, em que a magia do Natal se fez sentir.

Andreia Monteiro \ Psicóloga Clínica



## MISERICÓRDIA DE LOURES PARTICIPA NA ASSEMBLEIA-GERAL DA UMP



No passado dia 11 de dezembro a Misericórdia de Loures participou na Assembleia-Geral da União das Misericórdias Portuguesas em Fátima no Centro Pastoral Paulo VI. No encontro onde estiveram presentes 156 Misericórdias foi possível sentir a força que a União significa no fortalecimento de laços entre as diversas Santas Casas e na promoção dos seus objetivos.

Equipa de Comunicação



Misericórdia de Loures

Acoher de coração. Desde a raiz.

# Quem ajuda, Amigo é!



## Cartão Amigo

António Joaquim Loureiro  
Nº de Amigo xx2020



## Empresa Amiga

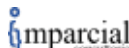
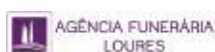
NOME DA EMPRESA  
Nº de Empresa Amiga xx2020

## Adira ao Cartão que apoia grandes causas!

Consulte as Vantagens do Cartão Amigo e Empresa Amiga na página 23 e 24.

Informações: [geral@misericordiadeloures.com](mailto:geral@misericordiadeloures.com) / 965 894 406

### EMPRESAS AMIGAS





## FEIRA DO VOLUNTARIADO - ISCSP

A Misericórdia de Loures foi uma das sete instituições convidadas a estar presente na Feira do Voluntariado que decorreu no ISCSP, no dia 20 de outubro. Em boa hora aceitei o desafio de representar a Misericórdia de Loures juntamente com a Voluntária Luísa Gonçalves. A iniciativa foi muito gratificante para os participantes, para as instituições assim como foi também a nível pessoal.

Houve partilha de informação entre as várias instituições e vários convites, e muito principalmente a divulgação do Projeto “Casa Sant’Anna - Residência Senior” com a amostragem do mesmo. Mostrámo-nos, demo-nos a conhecer e conhecemos outras instituições, foi bastante enriquecedor. Recolhemos informação e até existiu preenchimento de fichas de novos Voluntários. É importante dizer sim a estas oportunidades.

Rosa Salazar\  
Coordenadora do Atelier da Misericórdia

## RECOLHA DE BENS ALIMENTARES PELA KIDS CLUB INFANTADO



Foi com muito gosto que pelo segundo ano consecutivo, o KIDS CLUB INFANTADO, em parceria com a Misericórdia de Loures, fez uma recolha de bens alimentares no âmbito do Banco Alimentar Kids, com o objetivo de ajudar crianças que se encontram referenciadas nos agregados familiares mais necessitados. Não há prenda mais confortante, principalmente nesta época festiva, que receber o sorriso de uma Criança! Bem Hajam a todos os que nos ajudaram a ajudar. Votos de um Feliz Natal, com muito Amor, Paz e Saúde!

Sofia Amaral \  
Kids Club Infantado



# CAE NO ENCONTRO "DINÂMICAS COM SUSTENTABILIDADE"



O Centro de Atividades Educativas da Manjoeira participou no Encontro "Dinâmicas com Sustentabilidade" dinamizado pelo Departamento do Ambiente da Câmara Municipal de Loures. Este encontro, no Centro de Educação Ambiental em Santa Iria, teve como objetivo apresentar a Oferta Educativa Ambiental referente ao corrente ano letivo 2021/22.

Além das apresentações, foi realizada uma visita à nova exposição - SEEH<sub>2</sub>O - um novo olhar sobre a água, uma experiência do LRS 360° (um filme em 3D sobre a economia circular) e ainda um apetitoso brunch. No final, recebemos os prémios do Círculo Mágico referentes ao passado ano letivo - uns inovadores hotéis polinizadores e livros sobre o Ambiente!

Daniela Antunes \\  
Animadora Sociocultural



**Clinica**  
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 na Health Beauty Clinic  
para Irmãos e Amigos da Misericórdia de Loures.

Adira ao Cartão Amigo da Misericórdia de Loures!

# PELA VONTADE DE FAZER O BEM



No passado dia 10 de dezembro teve lugar um jantar dos voluntários e técnicas do Café Memória oferecido por José Rocha e João Almeida, proprietários do restaurante Floresta II, em Moscavide. O jantar decorreu num ambiente muito agradável e de são convívio entre pessoas que estão unidas pela mesma vontade de bem fazer, neste caso direcionado para pessoas com demência e seus Familiares.



No final do jantar o Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Loures, Duarte Morgado, agradeceu aos voluntários a sua disponibilidade e empenho neste projeto que está a dar os primeiros passos, destacando que este é o único Café Memória do concelho de Loures.

Agradeceu também ao voluntário Luís Filipe Brandão que nos proporcionou este agradável jantar. Por último desejou a todos um Santo e Feliz Natal.

Eulália Bartolomeu \ Voluntária

## 2º ENCONTRO DE VOLUNTÁRIOS



Decorreu no passado dia 20 de novembro o 2º Encontro dos Voluntários da Misericórdia de Loures no Salão Paroquial da Igreja de Guerreiros. Este encontro é o primeiro do seu género a acontecer depois do grande período de confinamento vivido por todos nós. A iniciativa conseguiu congregiar cerca de 30 participantes num ambiente divertido e familiar, onde a gratidão e o desejo de continuar a tudo fazer pelo bem comum, estiveram presentes nas palavras e nos gestos. Durante o almoço partilhado tivemos a atuação de dois jovens músicos: Duarte Vicente no acordeão e André Fontes na guitarra clássica. Antes das castanhas cozidas e assadas e da habitual água-pé, cantaram-se os parabéns ao segundo encontro dos Voluntários e distribuíram-se pequenos corações feitos pelas crianças do CAE - Manjoeira, marcando de modo muito especial todo o encontro. Já podemos começar a pensar no próximo encontro!

Equipa de Comunicação

CELEBRAÇÃO EUCARÍSTICA

**1º sábado de cada mês \ 10h**  
**Oratório da Misericórdia**

## MISERICÓRDIA ESCOLHIDA PARA ENTREGA DE BENS ALIMENTARES



No dia 20 de dezembro a Misericórdia foi convidada pela Junta de Freguesia de Loures a estar presente no treino dos juniores (18h) e no treino dos seniores (22h) dos Pioneiros do Núcleo de Basket de Loures no Pavilhão José Cardoso Pires em Santo António dos Cavaleiros.

A Misericórdia foi a instituição escolhida pela Junta para receber os bens alimentares entregues pelos participantes nos referidos treinos.

Ana Cristina Casaca (Nitucha)

# PRESENÇA DA MISERICÓRDIA DE LOURES NO 1º DE DEZEMBRO

Dando resposta ao amável convite que foi dirigido pela Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Loures à Santa Casa da Misericórdia de Loures, para a tradicional Comemoração do 1º de Dezembro, tal como ocorreu no ano passado, esteve a Misericórdia representada pela sua Bandeira pelas 10h15m, em frente ao Quartel dos Bombeiros da referida Associação.

Evidencia-se de que se trata da primeira saída de novos elementos na Banda de Música e este ano iniciaram-se oito jovens. Procedeu-se depois à inauguração do Presépio de Natal exposto na frente do respetivo Quartel.

Estiveram presentes as irmãs Amélia Henriques, Ana Cristina Casaca e Maria Manuela Henriques que fotografou.

Ana Cristina Casaca (Nitucha) \ Mordoma da Mesa Administrativa



**CONTRIBUA PARA:**



**1** LEIA O QR CODE COM MB WAY

**2** INSIRA O VALOR A DOAR

**3** CONFIRME A OPERAÇÃO



**OBRIGADO!**



# NOVIDADE!!

## A Loja Solidária está Online!

ACEDA À NOSSA LOJA E FAÇA COMPRAS EM  
<https://lojasolidariaonline.lojasonlinectt.pt>

## CTT CONVIDA A MISERICÓRDIA PARA O CTT E-COMMERCE DAY

Em representação da Misericórdia de Loures, a equipa de comunicação esteve presente na 6ª edição do CTT e-Commerce day em parceria com o Dinheiro Vivo e a TSF, no dia 16 de novembro no auditório da Lispolis, Lisboa. O evento teve início com intervenções dos vários responsáveis pela comunicação e pela área de e-Commerce dos CTT onde foi apresentado o CTT e-Commerce Report 2021

Logo depois foi dada uma conferência na qual estiverem presentes os interlocutores de marcas conhecidas e relevantes para o e-Commerce: a Cainiao/Alibaba Group, a IKEA Portugal, a Farfetch, a La Redoute Portugal, a Worten e a Livraria Bertrand/ Grupo Bertrand Círculo.



Nesta conferência foi dado o testemunho de como estas marcas viveram o tempo da pandemia: muitas não estavam preparadas e tiveram de se adaptar e recriar o seu modelo de negócio online. A informação mais valiosa que podemos levar deste tempo é que um negócio que não é centrado no seu público-alvo não sobrevive pois de facto as marcas devem adaptar-se às necessidades do consumidor da forma mais humana possível. No fim do evento foram entregues prémios a várias lojas online.

Ao ver a importância de ter uma presença digital no tempo corrente, a Misericórdia lançou a 10 de dezembro a Loja Solidária Online. Esta loja online pretende estar mais próxima, ainda que à distância, de todos aqueles que querem contribuir para a missão da Misericórdia.

Equipa de Comunicação

# ALMOÇO DE NATAL DOS VOLUNTÁRIOS DA SCMLoures

No passado dia 17 de dezembro as voluntárias da Misericórdia de Loures reuniram-se no tradicional almoço de Natal, onde não faltou a simbólica troca de prendas, contando também com a presença do Sr. Provedor da Misericórdia de Loures, Duarte Morgado, o rosto deste projeto que tem como lema a causa pública. Pessoas que com a sua generosidade, doam o seu tempo em prol dos mais necessitados.



*Almoço de Natal 2021 - Voluntárias SCMLoures*

A Misericórdia de Loures centra a sua missão em várias vertentes, contando com as voluntárias para alcançar os seus objetivos, seja na Loja dos Afetos destinada a ajudar grávidas e bebés até aos 24 meses, no Centro das Atividades Educativas da Manjoeira, no Café Memória focado no enquadramento das demências, passando pela Loja Solidária que tem como principal objetivo pôr de pé um projeto que engloba a construção de um complexo social com Equipamento de Residencial para Pessoas Idosas, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário. Estes projetos sempre virados para as necessidades mais prementes do cidadão, são feitos com carinho e devoção, muito empenho aliado sempre a um sorriso, e sempre acompanhado com uma palavra de conforto a quem mais precisa.

Mesmo em tempo de pandemia, e com todas as dificuldades enfrentadas, nunca se baixaram os braços, sempre com sentido de responsabilidade e com muita fé. Pode-se dizer que a Misericórdia está de parabéns, por conseguir num quadro tão adverso quer económico, quer pessoal, dar continuidade aos seus projetos trilhando o caminho planeado, com a esperança que o ano que em breve vai começar seja infinitamente melhor.

Helena Moura \ Voluntária



Misericórdia  
de Loures

Acolher de coração. Desde a raiz.

# Dê Esperança receba Natal

Juntos vamos **dar Esperança**  
a pessoas e famílias  
em situação vulnerável.

## Como o fazer?



Faça compras de Natal  
na nossa Loja Solidária Online >

<https://lojasolidariaonline.lojasonlinecctt.pt>



Doe através de **MB WAY** > 965 894 406  
ou faça a sua doação para o **IBAN** >  
PT50 0036 0160 9910 0085 8465 1

**Juntos  
vamos  
ajudar**



- Apoio Alimentar
- Bens de Primeira Necessidade
- Compra de medicação às famílias (dentro do Programa abem da Associação Dignidade)
- Bens para as mães e bebés em situação de carência socio-económica (Projeto Afetos Partilhados)



# Destaque

## CAE CELEBRA OS DIREITOS DA CRIANÇA

O Centro de Atividades Educativas Manjoeira celebrou o Dia Nacional do Pijama no passado dia 26 de novembro, dia esse concebido para consciencializar sobre a situação das crianças do mundo e promover o seu bem-estar e desenvolvimento.

Durante toda a semana, foi abordada a Convenção dos Direitos das Crianças e a importância do exercício dos mesmos. Assim, todos puderam disfrutar deste dia tão importante, com a respetiva consciência e respeito ao qual se propõe.



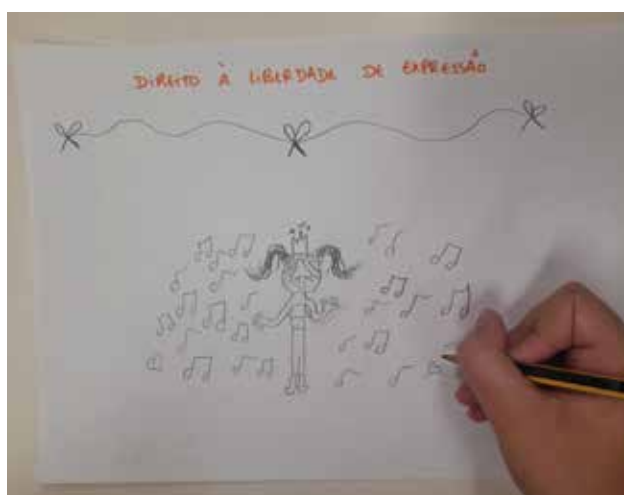




Realizaram-se várias dinâmicas: conhecimento dos seus Direitos através de imagens ilustrativas e brainstorming; relação entre necessidades VS desejos na construção de um cartaz; debate sobre o papel fundamental das crianças na defesa dos seus Direitos; jogo dos contrários e por fim: a Festa do Pijama – vestidos a rigor.

Todos os dias o CAE Manjoeira trabalha para proporcionar às crianças um espaço seguro e inclusivo, no qual possam formular e expressar as suas opiniões sobre as mais variadas temáticas sendo que o feedback é o sucesso!

Daniela Antunes \ Animadora Sociocultural



Voltar  
a  
sorrir



# Gabinete de Psicologia Clínica

Para todas as faixas etárias

**Marque a sua consulta** 219 822 134 | 965 894 406

[gabpsicologia@misericordiadelooures.com](mailto:gabpsicologia@misericordiadelooures.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

# Testemunho

## PROJETO CAFÉ MEMÓRIA

A falta de respostas específicas na área das demências em Loures, tem levado ao isolamento dos cuidadores e familiares dos doentes. A Misericórdia local, em parceria com a Alzheimer Portugal, tornou o concelho num ponto de encontro de sessões do Café Memória. Esta iniciativa conta ainda com o apoio da Câmara Municipal de Loures e Grupo Sonae.



Joana Paulo é a responsável pelo projeto em Loures. A técnica, que trouxe o conhecimento de outras experiências que viveu, tem como missão formar e informar cuidadores e pessoas com demência ou alzheimer.

“O Café Memória no fundo é uma resposta informal para pessoas com problemas de memória ou demências, para os seus cuidadores, sejam formais ou informais, ou seja, tanto profissionais como familiares, que sejam cuidadores, e também para pessoas que se interessem pelo tema das demências.”

Após superar alguns obstáculos, como a pandemia e o financiamento do projeto, o Café Memória de Loures teve a sua primeira sessão no dia treze de novembro. Apesar de considerar que foi um sucesso, Joana Paulo destaca a fraca adesão dos participantes.

“Agora que o projeto já está a ser implementado, um dos desafios que nos deparámos foi encontrar participantes. Pessoas que queiram participar no Café Memória, que queiram usufruir no fundo daquilo que o Café Memória nos dá.”

Nos segundos sábados de cada mês, dezasseis voluntários de todas as idades organizam sessões de apoio e informação. Uma equipa marcada pela vontade enorme de ajudar de coração aberto e desejosa de aprender mais sobre o tema. Nélia Brito relembra o que a levou a juntar-se ao projeto do Café Memória: “Foi em primeira instância a doença do meu pai e o ter vivido de muito de perto esta experiência que me levou a ser voluntária deste projeto tão em concreto.”

Nélia Brito aceitou o desafio de ser voluntária com o propósito de partilhar a sua experiência com a doença. No entanto, não sabia que o Café Memória a ajudaria no processo de luto. “Fazer parte deste projeto, integrar este projeto, também me ajudou aqui um bocadinho a fazer este processo de luto. Quando o meu pai morreu, olhava para isto um bocadinho com uma revolta, não é? Como é que uma pessoa tão capaz e tão nova morre de demência?”

O Café Memória é um espaço seguro de partilha de experiências e conhecimento, agora também disponível para os habitantes de Loures. A contribuição monetária, a inscrição no voluntariado ou até mesmo apenas comparecer nas sessões são formas de apoiar o projeto. Saiba mais no site oficial da Misericórdia de Loures.

Sara Alexandra Sousa \\  
Equipa de Comunicação

# Cultura



## O PRESÉPIO

Há umas semanas atrás, estive a trabalhar num liceu e uma aluna perguntou-me como se dizia a palavra "presépio" em inglês e eu traduzi: manger scene ou Nativity scene. Ela depois ficou com um olhar de desilusão por causa do facto de que não se traduz "presépio" com uma palavra só; precisa-se de duas palavras em inglês para se dizer o mesmo.

Esta confusão perante a diferença de culturas, ou pelo menos a diferença entre as línguas, lembra-me de uma história extraordinária da Idade Média relativa à cultura musical portuguesa. Filipa de Lencastre (de Inglaterra) casou-se com João I, e pela história ela queria manter certas tradições do seu país materno em Portugal. Por isso, introduziu-se o Uso Sarum na Diocese de Braga no final do século XIV. O Uso Sarum é uma variante do rito romano, originalmente da Catedral de Salisbúria. A variação do Uso Sarum medieval distingue-se por certas tradições e especialmente pela música polifónica de cantochão e outras partes cantadas da missa. No século XV, na capela do Fernando o Infante Santo (filho da Filipa de Lencastre e João I) os sacerdotes ainda se vestiam com o vestuário típico da catedral de Salisbúria, e mantinham outros objetos do culto específicos do Uso Sarum. Elementos desta variante inglesa ficaram nos livros portugueses de música polifónica medieval da Igreja, especialmente certos exemplos de cantochão para a Sexta-Feira Santa.

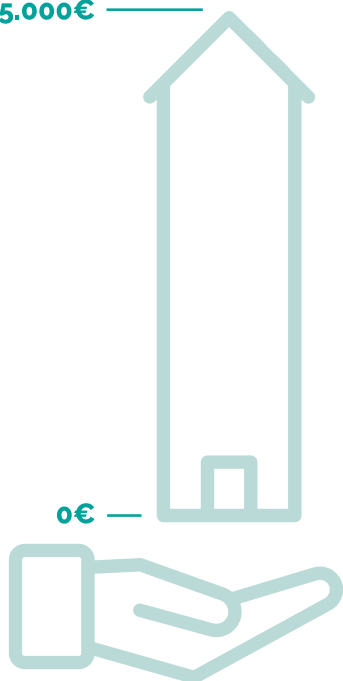
Este facto histórico traz-nos a realização de que a partilha de culturas pode enriquecer o nosso entendimento de elementos da nossa própria cultura. Quando pensamos no presépio, seguindo a tradução inglesa, vemos como as duas palavras indicam um significado além do habitual, ou seja, o presépio como nós fazemos em casa é a cena da Natividade. Isso indica o lado dramático e estético das nossas tradições de Natal: representamos, por meio de figuras em barro ou figuras cristais, o nascimento de Cristo. Cada um de nós coloca as figuras do Menino Jesus, da Maria, do José, do pastorinho com as ovelhas, dos três reis, do boi e do burro, e todos as outras figuras integrais numa aldeia típica portuguesa, ao nosso olhar e gosto para fazer uma representação digna da nossa crença. O presépio neste sentido não é só um objeto bonito no nosso lar, mas na verdade é uma encenação cheia de significado.

<sup>1</sup> Frank Harrison, *Music in Medieval Britain* (New York: Frederick A. Praeger, 1958), p. 49.

# ANGARIAÇÃO DE FUNDOS PARA A CONSTRUÇÃO DO COMPLEXO SOCIAL DA MISERICÓRDIA DE LOURES



Objetivo - 1ª etapa  
215.000€



Estamos cada vez mais próximos de alcançar o nosso objetivo - a construção do **Complexo Social da Misericórdia de Loures** no Bairro da Paradela, em Santo António dos Cavaleiros.

Teremos diversas etapas a percorrer, e a primeira de todas é angariar até 215.000€. Precisaremos da ajuda de todos os que se puderem juntar a nós neste caminho pelo bem comum das populações do Concelho de Loures.

Pode ajudar-nos transferindo a verba que entender para o IBAN: PT50 0036 0160 9910 0085 8465 1.



# Empresas Amigas

O Oculista da Avenida de Roma está a funcionar desde 2014, na Avenida de Roma, nº 35-A, em Lisboa, mesmo ao lado do Hotel Roma. Tem uma equipa experiente e focada em aliar ao conhecimento acumulado um serviço de excelência, apostando numa política de proximidade especialmente dedicada para as necessidades de cada cliente. O principal objetivo é garantir a satisfação de quem visita através da qualidade de cada produto entregue e serviço prestado.

Tem ao seu dispor uma equipa composta por técnicos especializados e credenciados, estando a loja certificada com o objetivo de criar uma relação transparente, próxima e profissional. O Oculista da Avenida de Roma encontra-se associado a uma cooperativa que conta com mais 1000 de lojas em toda a península ibérica, tendo como mais valia a incorporação de marcas exclusivas em todas as gamas de produto, bem como a comercialização de marcas de prestígio e qualidade que permitem condições de aquisição mais vantajosas para todos os seus clientes.

Visite o Oculista da Avenida de Roma e aproveite as vantagens para Amigos (Cartão Amigo), Empresas Amigas, Irmãos, Voluntários da Misericórdia e Beneficiários:



## Oculista Avenida de Roma - Protocolo com a SCMLoures

- Exames visuais de Optometria/Contactologia gratuitos;
- Tonometria e medição de pressão intraocular gratuitos;
- Assistência técnica gratuita;
- Descontos em óculos, aros e lentes;
- Consultas de Oftalmologia com marcação prévia – 30€.

\*No ato da compra, deverá ser apresentado o documento comprovativo da sua situação como Beneficiário, Irmão, Voluntário, Amigo ou Empresa Amiga.

# MAIS VANTAGENS / PROTOCOLOS COM A MISERICÓRDIA DE LOURES



- Acesso a cuidados de saúde com valor solidário:\*
- Medicina Tradicional Chinesa;
- Naturopatia e Homeopatia;
- Osteopatia;
- Terapia.
- 10% desconto em produtos no seguimento de um tratamento.



- Desconto de 10% na aquisição de material ortopédico no site **materialortopedico.pt** com o código SCML10 ou através de encomenda feita por telefone ou email através do comprovativo da Misericórdia de Loures.



- Rastreio com diagnóstico auditivo:
  - exame otoscópico;
  - exame de audiometria;
  - interpretação e explicação do audiograma.\*
- Desconto de 30% em próteses auditivas.\*\*
- Desconto de 25% em próteses auditivas para o público em geral através da Misericórdia.

**Andreia Monteiro**  
Psicóloga Clínica

- Consultas de Psicologia com:
  - Valor Solidário para Beneficiários da Misericórdia de Loures;
  - 25% Desconto para Irmãos, Voluntários, Trabalhadores e Aderentes ao Cartão Amigo e Cartão Empresa Amiga.
  - Valor atrativo a clientes externos à Misericórdia.

\* Acesso a cuidados de saúde mediante pagamento de valor solidário

\* Estes serviços decorrem nas instalações da Sede da Misericórdia de Loures, nos consultórios da Clínica Auditiva ou no domicílio do cliente.

\*\* Para Beneficiários, Irmãos, Voluntários, Cartão Amigo e Cartão Empresa Amiga

**Para mais informações:** [geral@misericordiadeloures.com](mailto:geral@misericordiadeloures.com) / 965 894 406

Que este seja o tempo da Esperança  
porque acreditamos, sabemos e vivemos  
a doce presença do Amor de Deus em Jesus  
que sempre nos acompanha.

**A Misericórdia de Loures  
deseja um Santo e Feliz Natal!**



**Misericórdia  
de Loures**

Acother de coração. Desde a raiz.