



**ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE PONTE DE SOR, A.S.S.P.S.**

Av.ª do Colégio, n.º4 | 7400-221 Ponte de Sor

Telf, 242 206 195 | Email: asspsor01@sapo.pt | Site: www.casadosavos.pt



## BOLETIM INFORMATIVO N.º 2 - ABRIL DE 2024

### ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE PONTE DE SOR

É uma instituição particular de solidariedade social, com resposta social de Estrutura Residencial para Pessoas Idosas, 72 residentes em alojamento permanente e 49 colaboradores. Dispõe dos serviços de animação sociocultural, enfermagem, fisioterapia e psicologia.

#### Pag. 2

A equipa que investe na Humanização dos Cuidados

#### Pag. 3

Envelhecimento bem sucedido

#### Pag. 4

Humanização pelo Agradecimento e Partilha de Momentos

#### Pag. 6

O Envolvimento do Residente nas Escolhas Alimentares

## Cuidar pela Relação Interpessoal...

**C**asa dos Avós privilegia a relação entre as pessoas, residentes, familiares e comunidade. É esta presença humana que pisa o palco como actor principal na prestação de cuidados e ao mesmo tempo que promove a relação interpessoal estabelecida, tendo como princípios orientadores a atenção integral ao outro na sua dimensão física, psíquica, social e espiritual.

Valorizamos a compreensão e empatia pelo outro e pretendemos que faça diferença na vida das pessoas, cuidar como uma relação interpessoal, um intercâmbio entre seres humanos, em que o cuidador avalia as necessidades da pessoa cuidada e ajuda-o no processo de adaptação e maior compreensão pelo meio. A capacidade de nos colocarmos no lugar do outro e o tipo de comunicação que utilizamos para potenciar a sua maior compreensão, privacidade e segurança constituem habilidades profissionais cruciais.

O nível da relação estabelecida, vai ditar a qualidade dos serviços prestados. Quando cuidamos do outro, temos, obrigatoriamente de cuidar de nós, de modo a potenciarmos uma relação genuína. Neste sentido, temos de estar atentos a todos os intervenientes neste relacionamento, cuidador (estrutura organizacional), residente, família e comunidade e lembrar que para termos relações bem-sucedidas todos temos de ser cuidados!

***“Para termos relações bem-sucedidas todos temos de ser cuidados!”***

*Carina Constantino Veludo - Directora Técnica*



## A Equipa que Investe na Humanização dos Cuidados...

A Direcção Técnica que afirma o “Cuidar como uma Relação Interpessoal”, compete ter um olhar atento às práticas de cuidados a ter com todos os intervenientes na estrutura organizacional. Todos nós sabemos que o trabalho de Direcção Técnica pressupõe um conjunto de habilidades directivas definidas pela Direcção da Instituição, no entanto, e antes de assumirmos tamanhas responsabilidades, temos de ter presentes princípios que contribuam para a humanização da estrutura organizacional.

A equipa da Casa dos Avós operacionaliza conceitos já conhecidos e estudados para a promoção da saúde organizacional e gestão do dia-a-dia da instituição, como a “atenção,” sendo ela integral, permanente, continuada, multidimensional e interprofissional que analisa o individuo no seu todo, registando as necessidades individuais de cada um, valorizando o trabalho em equipa. Apreciamos a existência das relações de cooperação pautadas pela troca de saberes populares e científico, considerando que são elas que vão garantir parte da saúde organizacional. Afirmamos que podemos dar mais vida às pessoas abonando à sua privacidade, poder de decisão/autonomia, segurança, estimulação e integração na comunidade (familiaridade) e personalização do meio envolvente. Neste sentido, contamos com uma equipa multidisciplinar que diariamente se centra no que se pode fazer mais e melhor, aumentando a segurança e qualidade de vida dos que aqui residem, garantindo envolvimento, responsabilidade e realização profissional de todos os membros da equipa.

O trabalho em equipa, trabalho multidisciplinar não passa só pela adequação dos vários serviços, mas também pela definição de critérios justos que garantam padrões de qualidade e contextualizados no tempo.

*Carina Constantino Veludo - Directora Técnica  
Adelino Costa Serras - Encarregado de Serviços Gerais*




**Dispositivos Médicos e  
Produtos Hospitalares,  
Ortopedia,  
Mobiliário Geriátrico,  
Fisioterapia,  
Higiene pessoal,  
Higiene e Limpeza,  
Papel, Plásticos,  
Lavandaria e Cozinha Automática**

**BREVEMENTE.....**



LOJA DE ORTOPEDIA




LOJA DE ORTOPEDIA



**www.tabelaindispensavel.com**  
**geral@tabelaindispensavel.com | Tel: 242 030 069**

## Envelhecimento Bem Sucedido...

O envelhecimento ativo é um processo natural da condição humana, sendo este inevitável ao longo dos anos na vida de cada um. Este tem como objetivo a melhoria da qualidade de vida e retardar todo o processo do envelhecimento na pessoa idosa.

Neste sentido, para que haja um envelhecimento bem-sucedido, tem de haver uma adaptação otimizada a uma nova etapa de vida. Para tal, é necessário que o indivíduo adote um estilo de vida saudável e que mantenha uma vida social ativa.

Na Casa dos Avós promovemos esse envelhecimento para que os dias se tornem prazerosos, com práticas e rotinas definidas para cada um dos dias da semana, permitindo ao residente ter também o seu momento de ócio individual, em que ao mesmo tempo pode usufruir de uma panóplia de atividades pensadas de acordo com as suas necessidades e gostos.

Na Instituição dispomos de um Plano de Atividades Anual diversificado, tendo em conta atividades de estimulação cognitiva, sensorial, física e motora, exercitando as AVD'S (atividades da vida diárias) dos residentes e proporcionando por sua vez, o convívio e o seu bem-estar.

Uma das maiores preocupações com que nos vamos deparando, ano após ano, é adequar, sempre, as atividades aos tempos atuais.

Assim, além da promoção de todas estas atividades, é também nosso propósito manter o residente inserido na comunidade e por conseguinte, inserir a comunidade no dia-a-dia da instituição.

É da máxima importância privilegiar as relações com o exterior, através da realização de actividades que potenciem a maior estimulação, integração, relação familiar e abertura à comunidade.

*Alda Marques Nunes*



## Humanização pelo Agradecimento e Partilha de Momentos

No passado dia 19 de Fevereiro 2024 a residente Rosa De Jesus Lourenço celebrou o seu 103.º Aniversário e a sua família assinalou o momento com memoráveis palavras que inscrevemos na história desta Associação de Solidariedade Social.

*Gratos pela Confiança e Dedicção.*



### A vida de uma ROSA

Quanto tempo vive uma rosa? Depende do amor, cuidado e carinho com que é tratada. A nossa Rosa tem 103 anos de vida. A nossa AVÓ ROSA tem 103 anos, de alegrias e tristezas, dificuldades e conquistas, mas acima de tudo de AMOR. Amor por todos e por tudo, amor pelas pessoas e pela natureza. Amor na sua forma mais pura e sincera. Os últimos 10 anos foram passados na Casa dos Avós, para onde decidiu ir, por vontade própria, para se sentir mais segura e acompanhada. No dia 3 de fevereiro de 2014 a Casa dos Avós recebeu uma nova utente, mas a nossa avó Rosa recebeu muito mais. A Casa dos Avós conseguiu enriquecer a vida, já tão preenchida, da nossa avó Rosa. Ao longo destes 10 anos a nossa avó Rosa tem vivido muitos momentos de partilha, convívio e alegria, que lhe encham o coração e nos deixam a nós, família, eternamente gratos.

A Casa dos Avós não é só mais um lar, é um ninho de carinho, cuidado e amor pelo outro. AVÓ ROSA, amamos-te muito!

*Os netos*

## Um Apoio Missão Continente - A Ajuda Mora ao Lado

Agradecemos ao Grupo SONAE, loja Modelo Continente de Ponte de Sor e a toda a Comunidade o donativo feito a esta Associação no âmbito da iniciativa “A Ajuda Mora Ao Lado”.



### Agradecimento

Os órgãos sociais da Casa dos Avós agradecem ao casal Sra. Maria Amália Rodrigues Simões Isidro e Sr. António José de Carvalho Costa Isidro residentes nesta Associação de Solidariedade Social e até ao seu falecimento, a doação feita de parte da propriedade HOSPICIO FUNDEIRO, localizada em Vale de Açor.



*Casa dos Avós*

## IRS SOLIDÁRIO

**O seu IRS pode contribuir para o bem-estar dos Nossos/Vossos Avós!**

Entrega do IRS 2024, referente aos rendimentos de 2023, é feita entre

**1 de Abril e 30 de Junho de 2024**

Ao preencher a sua declaração do IRS relativa a 2023, pode efetuar a consignação de 0.5% do valor pago à Associação de Solidariedade Social de Ponte de Sor – “Casa dos Avós”.

**A Consignação de IRS não tem custos para si**, já que permite desviar 0.5% do imposto que entraria nos Cofres do Estado e direcioná-lo para a Associação.

| 11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS / CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 15% DO IVA SUPORTADO                                                                    |                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| ENTIDADES BENEFICIÁRIAS                                                                                                                             |                                     |
| Instituições religiosas (art.º 32.º, n.º 4, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)                                                                     | <input type="checkbox"/>            |
| Instituições particulares de solidariedade social ou pessoas coletivas de utilidade pública (art.º 32.º, n.º 6, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho) | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Pessoas coletivas de utilidade pública de fins ambientais (art.º 14.º, n.ºs 5 e 7, da Lei n.º 35/98, de 18 de julho)                                | <input type="checkbox"/>            |
| Instituições culturais com estatuto de utilidade pública (art.º 152.º do CIRS)                                                                      | <input type="checkbox"/>            |

|      |                                   |                                     |                          |
|------|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 1101 | NIF                               | IRS                                 | IVA                      |
|      | 5   1   0   5   1   9   1   9   9 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1102 |                                   |                                     |                          |
| 1103 |                                   |                                     |                          |

***Gratos pela Ajuda.***

## O Envolvimento do Residente nas Escolhas Alimentares

**N**o âmbito da gestão a equipa providencia que a alimentação seja confeccionada e servida nas melhores condições, elaborando a ementa semanal.

A instituição tem o cuidado de manter hábitos e costumes gastronómicos.

Nesta dinâmica institucional e no planeamento das ementas, contamos com o forte contributo dos residentes, que sugerem, aquando da sua entrada na instituição, as suas preferências alimentares.



# SABORES DE GERAÇÕES.

**PRODUTOS COM A  
QUALIDADE E PALADAR  
DOS FRUTOS FRESCOS!**



**Incopil**  
TEMPEROS

**SAL & AROMAS**

**FLOR  
DAS  
HORTAS**  
TEMPEROS

*Criamos o seu sabor.*

## Fotos Ilustrativas de Actividades com Destaque no Primeiro Trimestre



Comemoração Dia da Mulher



Participação 11.ª Edição Festa Arroz Doce



Os 50 anos do  
25 de Abril  
são tema  
de debates  
intergeracionais e  
geracionais na  
Casa dos Avós



**DELTA®**  
CAFÉS



PME Líder'22



# VITOR BRAGANÇA

UNIPESSOAL, LDA.



**Higiene e Limpeza**



**Impressão Têxtil**



**Artes Gráficas**



**cash&carry**



**Quiosque**



📍 Rua de Angola, Armazém 5  
7400-213 Ponte de Sor

✉ [geral@vbunip.pt](mailto:geral@vbunip.pt)  
[www.vbunip.com](http://www.vbunip.com)

☎ 936 173 230  
Chamada para a rede móvel nacional

☎ 242 295 302  
Chamada para a rede fixa nacional

📱 @vbunip