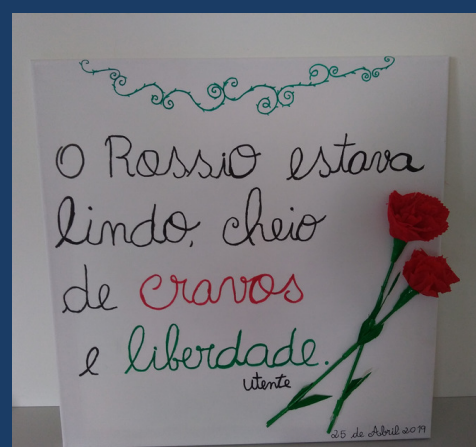
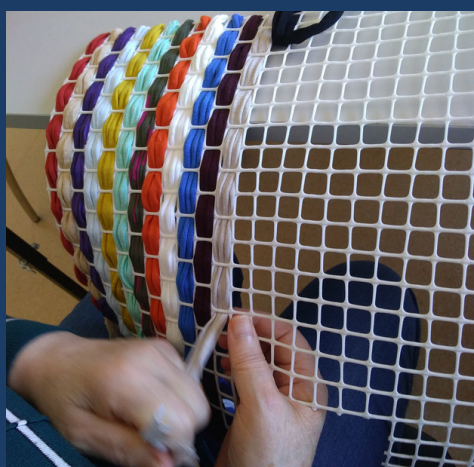


# MEMÓRIAS RECORTADAS

REVISTA SEMESTRAL DA UNIDADE DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS BENTO XVI





**P. 3** Editorial

**P. 4** Mercado de Natal

**P. 5** Carnaval - Sr. Feliz & Sr. Contente

**P. 6** Dia da Árvore - Festa da Primavera na E.E.E. Os Moinhos

**P. 7** Plantação do Limoeiro no Jardim da Unidade

**P. 9** Passeios ao Café

**P. 10** Passeio à Praia da Nazaré

**P. 11** Desporto e saúde

**P. 12** Dia da Liberdade - 25 de Abril

**P. 14** Actividades de Enfiamentos

**P. 15** Concurso Sardinhas - Festas de Lisboa

**P. 16** Santos Populares



### *O que conta no final do dia é a beleza dos momentos partilhados e a integração de todos os utentes*

Esta revista da UCC Bento XVI é uma forma de divulgar parte do nosso trabalho, com a ajuda de colaboradores e utentes. Esta nossa casa é especial porque, sendo uma Unidade de Cuidados Continuados, naturalmente integrada na Rede Nacional de Cuidados Continuados, é diferente por se dedicar de forma especial à pessoa com Demência e seus familiares.

Oferecemos um conjunto de cuidados especializados que, no seu conjunto e de forma integrada, contribuem para a estabilização clínica, cognitiva e comportamental, bem como para a otimização funcional de quem recebemos. Esta revista, elaborada no âmbito das atividades de Animação na Demência, mostra apenas uma pequena parte do trabalho que, juntos, realizamos.

Antes de mais, importa também salientar que as atividades de Animação na Demência na UCC Bento XVI não têm apenas um carácter lúdico, tendo sempre na sua elaboração uma fundamentação no âmbito da estimulação cognitiva e da promoção da ocupação significativa.

Nas atividades da Animação na Demência privilegiamos a experiência do utente: a sua participação e envolvimento têm de estar garantidos, bem como o respeito pela sua história pessoal de vida, os seus gostos e interesses, as suas dificuldades e capacidades. Cada atividade é desdobrada em pequenos passos ou ritmos para que se garanta a participação dos utentes, existindo também a possibilidade de usufruir passivamente de momentos de relaxamento e estimulação sensorial.

O que conta no final do dia não é a beleza da “peça final” que os outros veem, mas a beleza dos momentos partilhados, da experiência pessoal e integração de todos os utentes. Para isso, contamos com o empenho, formação e competência dos nossos colaboradores, mas também com grandes doses de flexibilidade, criatividade e paciência.

Um grande obrigado a toda a equipa do Bento XVI pelo seu empenho e dedicação a todos e a cada um dos utentes que recebemos e cuidamos.

*Helena Pedrosa | Neuropsicóloga*

# Mercado de Natal



Dia 22 e 23 de Dezembro de 2018, a Unidade Bento XVI teve a oportunidade de participar no mercado de Natal de Fátima com outras instituições da comunidade.

Este foi um evento organizado pela Junta de Freguesia de Fátima, convidando as instituições a expor os seus trabalhos de artesanato, culinária entre outros, possibilitando as vendas revertendo a favor das próprias instituições. Com a nossa participação tivemos a oportunidade também de divulgar a Unidade Bento XVI à comunidade.





## *Sr. Feliz & Sr. Contente*

No dia 4 de Março a Unidade festejou também o Carnaval com as personagens: "Sr. Feliz e Sr. Contente." Estas personagens foram escolhidas por fazerem parte das recordações e memórias. Foi apresentada, pela animação, a coreografia que as personagens criaram em jeito de teatro, incluindo sátiras carnavalescas alusivas aos acontecimentos da Unidade. Foram notórias a satisfação, o divertimento e as risadas ao longo da apresentação, possibilitando assim recordar personagens engraçadas que há muito esquecidas. O ambiente foi enriquecido com a surpresa da participação da farmacêutica Joana com uma dança carnavalesca Interpretando a personagem de Carmen Miranda, Baiana.

*21 de março*

## *Plantámos uma oliveira*

Foi no dia 21 de Março que um grupo de utentes da Unidade festejou a chegada da estação da primavera, com a Escola de Educação Especial “Os Moinhos”. O dia estava simpático, com céu azul e um sol radioso.

Neste sentido, uma oliveira foi directamente plantada no campo junto da Escola onde possibilitou o contacto directo com a terra, possibilitando a alguns meninos mexerem com as mãos, e os nossos utentes da Unidade Bento XVI, utilizarem os utensílios próprios do campo. Terminada a plantação da oliveira e a rega, finalizamos com uma canção alusiva à árvore plantada – “Ó oliveirinha da serra.”

Foi notória a satisfação, a boa disposição deste convívio primaveril, assim como a boa aproximação afectiva dos nossos utentes com os meninos da escola.

Por fim não faltou o tradicional lanche convívio partilhado e ofertas de pequenas lembranças feitas em actividade. Um bem-haja à E.E.E. " Os Moinhos" pelo convite tão acolhedor e simpático.



*Finalizamos com uma canção alusiva à árvore plantada: “Ó oliveirinha da serra”*



# *Temos um limoeiro no quintal*



Continuando com festa da Primavera, no dia 25 de Março, também na Unidade se plantou uma árvore no jardim: um limoeiro.

Contamos com a ajuda do Enf. Márcio, que se disponibilizou para abrir o buraco na terra, facilitando assim a parte mais difícil da actividade. Foi interessante a diversificação da participação porque uns manusearam a terra, outros limparam o local tirando pedras e ervas, outros ainda mexendo na pá e na enxada. Com esta participação realizou-se o momento da plantação terminando com a rega.

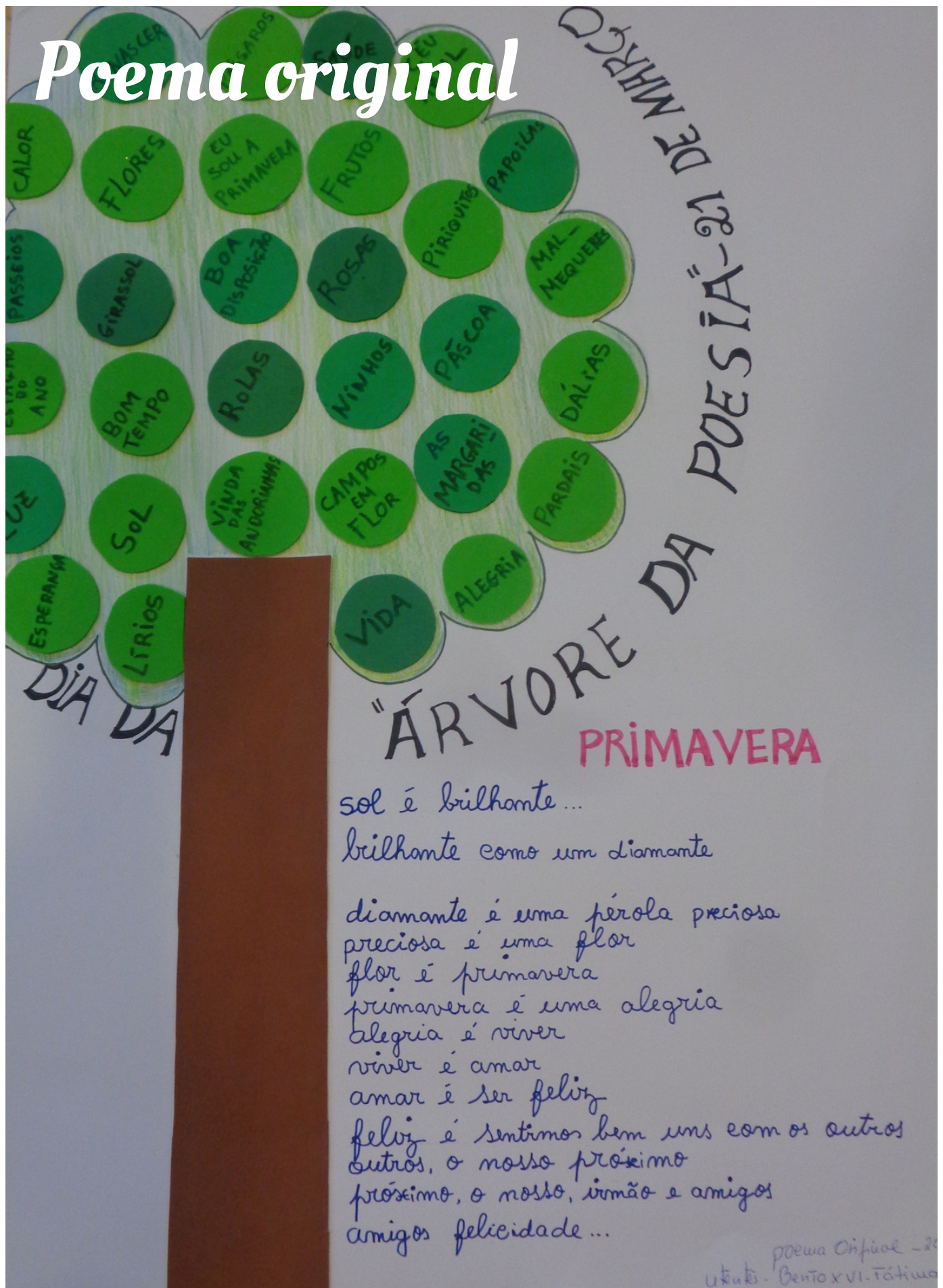
O dia estava com sol, foi um momento muito agradável e simpático, trazendo-nos memórias passadas.

*'Foi um momento muito simpático, trazendo-nos memórias passadas'*



# Dia da Árvore - Festa da Primavera

## Poema original





## Saídas ao exterior para café

Estando a Unidade Bento XVI direccionada para demências, não poderíamos deixar de proporcionar aos nossos utentes diversos momentos de descontração.

Um desses momentos acontece diariamente com um pequeno passeio de grupo para partilha de convivências, relações interpessoais e socialização, num ambiente informal, reservado e acolhedor.

A saída começa com uma pequena caminhada em redor do edifício Centro João Paulo II, onde todos podem apreciar a bela paisagem e, ao mesmo tempo, reconhecer o meio exterior através do contacto com diversas plantas e árvores.

Desta forma, promovemos, mantemos e tentamos melhorar e recuperar o bem-estar, a saúde mental e a capacidade funcional dos utentes, mantendo-os activos.

No bar do Centro, onde simpaticamente nos recebem, tomam o café, saboreiam o momento, conversam sobre os mais diversos temas, falam das suas memórias e, à mesa, passam um bocadinho simpático e agradável.



***Partilha de convivências, relações interpessoais e socialização***



## *Passeio à Praia da Nazaré*



A Primavera chegou e, ainda que timidamente, trouxe consigo dias maiores e mais amenos. O sol e o céu azul convidam-nos para passear – e nós não recusamos o convite! Assim, decidimos começar uma rotina de passeios semanais com os utentes que em termos clínicos podem usufruir do passeio e que por questões sociais e familiares estão e estarão em permanência na nossa casa há mais tempo. Para isso, contamos com o imprescindível apoio dos nossos vizinhos e irmãos do Centro João Paulo II, que prontamente nos facilitam o transporte... e começamos as nossas saídas por um passeio à praia da Nazaré!

Mas o que é afinal ir à Praia? Para nós... ir à praia é certamente uma aventura, um desafio, e o momento alto da semana, do mês (talvez até do ano) de cada um dos utentes que vai! É respirar um ar puro, uma brisa que nos renova, que reconhecemos e há anos que sonhamos e acreditávamos mesmo não mais sentir... é olhar para o mar azul e lembrar tantas histórias e momentos que nem sabemos contar... mas que despertam em nós sentimentos, lágrimas e sorrisos... é olhar para o imenso areal, admirar e reconhecer as cores, sentir a areia na pele, sentir o vento e o sol quente no rosto. Ir á praia é para alguns criar memórias, para outros reavivar momentos esquecidos, e para outros ainda simplesmente sentir, no aqui e agora, algo bom e que nos enche o coração... Ir à praia... é tudo isto.

***Bom verão e aproveitem.  
Nós também continuaremos a passear...***





# ***Desporto para TODOS à medida de Cada UM***

No dia 4 e 5 de Abril, no âmbito dos dias comemorativos do dia Mundial da Actividade Física e do Desporto e do Dia mundial da Saúde, realizamos na UCCI actividades desportivas, danças seniores e movimentos. Estas actividades foram direccionadas aos utentes , mas também aos colaboradores, sensibilizando a importância para uma vida menos sedentária, ou seja, mais activa , tomando consciência o quando o movimento nos ajuda nas tarefas da vida diária, assim como a importância de uma alimentação mais saudável. A titulo simbólico foram distribuídas maçãs aos participantes. Gostamos muito deste dia,e gostaríamos de repetir no próximo ano.

Utentes G2 - Actividade de Leitura e Escrita



# *Memórias*

Na nossa Unidade foi celebrado no dia 24 de Abril com conversas de roda com memórias contadas, com a elaboração dos cravos de papel em actividade de artes e sua distribuição. Realizamos cartazes alusivos ao 25 de Abril de 1974, lembrando assim as mudanças que trouxe à sociedade portuguesa. Não pode faltar a canção bem conhecida que marcou a revolução, "Grândola Vila Morena", que foi cantada em grupo.

*"O Rossio estava lindo cheio de cravos e liberdade."*



*"Eu tinha 16 anos, ia no autocarro com a minha mãe. Ouvimos pela rádio o relato da revolução, mas pensava que era uma coisa sem importância."*



***"Uma revolução em que não foi preciso dar um só tiro. Em vez de tiros houve flores."***

***"Eu tinha 36 anos de idade, trabalhava numa mercearia perto de São Bento. Foi uma revolução silenciosa, em vez de tiros, havia cravos de cor vermelha. "***

***"Eu estava na Guiné e, quando regresssei, Portugal tinha mais liberdade de expressão."***

***"Houve uma revolução chamada Revolução dos Cravos. Uma senhora andava a distribuir cravos pelo povo e foi colocar um cravo no cano da espingarda do soldado."***

# Nova actividade com redes e tirelas



Este ano a animação na demência lançou uma nova actividade com redes e tirelas dando-lhe nome de "Enfiamentos." É uma actividade que corre sempre muito bem, tendo como objectivos estimular a atenção, o exercício de motricidade fina, a coordenação visual e manual e desenvolver as capacidade artísticas. Embora seja uma actividade que requer atenção, destreza e a apreensão consegue ter uma boa adesão de um grande grupo de utentes, pois muitos podem participar realizando os enfiamentos de forma livre dentro das capacidades de cada um. Esta actividade objectiva a realização dos sacos para senhoras, entre outros artigos como, por exemplo, porta chaves, bolsas para telemóveis, bolsas para canetas.



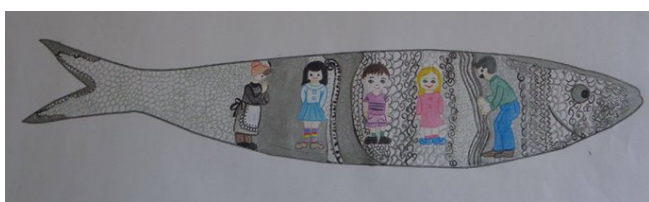
# Concurso das sardinhas de Lisboa ' 2019



## "Puxamos a brasa à nossa sardinha"

Lançando a rede à criatividade, continuamos a participar no concurso das sardinhas Festas de Lisboa promovido pela EGEAC (Empresa de Gestão de Equipamentos de Animação Cultural de Lisboa). Este ano a sardinha foi realizada com renda artesanal, intitulada "Sardinha Rendilhada".

Apresentamos mais uma vez, o conjunto de sardinhas já realizadas nos anos anteriores.





# Santos Populares



Para Festejar os Santos Populares a Unidade Bento XVI comemorou esta tradição na tarde do dia 27 de Junho. O arraial aconteceu no jardim decorado com motivos desta quadra, enriquecendo todo o ambiente, contribuindo também para a animação.

Nesta festa não faltou a música, as danças e os cantares populares. No final comemos um gelado muito apreciado por todos. Esta tarde de convívio foi muito agradável e simpática que proporcionou satisfação e o bem estar, trazendo-nos memórias da nossa vida.

*Grupo de utentes*

## Ficha técnica

Unidade de Cuidados Continuados Integrados Bento XVI  
Animação/Neuroestimulação na Demência  
Revista Semestral | 4ª Edição

Rua dos Moinhos, 120  
2495-560 Fátima  
Tel. +351 249 413 690  
bentoxvi@ump.pt | www.ump.pt