



Edição nº 7 | Junho 2024 | Diretor: António Alexandre | Publicação Semestral | Gratuito







Formação

"Os primeiros grupos de trabalhadores das Unidades Formativas de Curta Duração (UFCD-25 horas) de Prevenção e Combate a Incêndios, e Primeiros Socorros, terminaram no passado semestre o seu percurso formativo certificado.

Trata-se de algumas das ações previstas no Plano Interno de Formação, que em parceria com o IEFP de Tomar, possibilitou a qualificação daqueles que todos os dias cuidam dos nossos utentes.

Estão previstas forma-

ções noutras áreas estratégicas com outros parceiros institucionais, nomeadamente União das Misericórdias Portuguesas entre outros." de 25 horas de Primeiros Socorros, em parceria com o IEFP de Tomar.



Estatuto Editorial

- 1. O Jornal A Voz do Nabão é um instrumento de comunicação da Santa Casa da Misericórdia de Tomar, em prol da civilização do amor e da interacção entre os que podem dar e os que precisam de receber.
- 2. A Voz do Nabão as ume-se como um meio de comunicação social de informação, dos valores da Misericórdia de Tomar, da sua história e património, da sua acção diária aos problemas sociais, no pressuposto da importância no sector social e do seu reconhecimento constitucional.
- 3. Assim A Voz do Nabão propõe-se dar a conhecer os seus projectos no estrito respeito não só pelos seus

mais legítimos direitos históricos e os seus humanitários ideais consagrados há mais de 500 anos na sua actividade, mas também pela ambição de cumprir as obras de misericórdia em modernidade e qualidade com o objectivo da promoção do desenvolvimento económico e social da comunidade que a criou, assim lhes conferindo a sua especifica natureza.

4. Pretende contribuir, na reflexão, na análise, no debate e na acção sobre os desafios sociais e as suas possíveis respostas é seu objectivo também ser uma voz moderna e qualificada junto dos diversos actores e poderes, para promover o desenvolvimento sus-

tentado da cidadania e da qualidade de vida do tecido social, em especial dos mais carenciados.

- 5. A Voz do Nabão será o meio de comunicação preferencial entre os que defendem os mesmos valores, nomeadamente na comunidade na diáspora.
- 6. A Voz do Nabão compromete-se a assegurar o respeito pelos princípios deontológicos e a ética profissional dos jornalistas, assim como o respeito a boa-fé dos leitores e, está aberto a todos que nele queiram colaborar, desde que respeitem o presente estatuto editorial, em ordem a salvaguardar o interesse público e a ordem democrática.

Rostos da Misericórdia



Isabel Bernardo Ajudante de Ação Direta



Mª Celeste Carvalho Ajudante de Lar e Centro de Dia



António Santos Ajudante de Lar e Centro de Dia



Ana Marise Ribeiro Ajudante de Lar e Centro de Dia



Ana Paula Mesquita Ajudante de Lar e Centro de Dia



Sara Ferreira Ajudante de Lar e Centro de Dia



Deolinda Nunes Trabalhadora de Serviços Gerais



Carina Duarte Trabalhadora de Serviços Gerais



Pedro LopesTrabalhador de Serviços
Gerais



Ana MirandaAjudante de Cozinheiro



M^a Dulce Ribeiro Cozinheira Chefe



Anabela Zeferino Ajudante de Lar e Centro de Dia

A Voz do Nabão

Órgão Noticioso da Misericórdia de Tomar

Propriedade:

Santa Casa da Misericórdia de Tomar Sede da Redação/ Sede Editora:

Rua Infantaria Quinze, 9E 1° - 2300-585 Tomar

Telefone: 249 312 326 E-mail:geral@scmt.pt Contribuinte: 500 962 847

Diretor: António Manuel Freitas Alexandre

Colaboradores: Sandra Reis, Ricardo Barros, Padre Rui Tereso

Grafismo: Maria Beatriz Gonçalves

Registo nº 127595

Distribuição gratuita Tiragem: 5.000

Impressão: Naveprinter – Indústria Gráfica do Norte, S.a.EN 14 Km7,05 Lugar da Pinta – Apartado 1121- 4471- 909 Maia



O que é, e o que faz uma Misericórdia

Este Jornal tem como missão, dar a conhecer a Misericórdia de Tomar, nas suas várias dimensões e neste numero damos destaque, no reviver das tradicionais Procissões por parte da nossa Misericórdia, na participação este ano na realização com a Paroquia, da Procissão do Enterro do Senhor, presidida pelo nosso Bispo D. José Traquina, de que o Vigário Padre Rui Tereso no seu texto dá bem nota do espírito vivido por toda a comunidade envolvida nesse dia, "fazendo dela um marco religioso, histórico e cultural, para a nossa Cidade e Concelho de Tomar".

Parecendo uma tarefa fácil e até normal, percebem facilmente, da sua grande necessidade, pois o comum cidadão da comunidade Tomarense, têm pouco conhecimento, sobre o que é uma Misericórdia e porque foram elas fundadas.

Com exclusão da Misericórdia de Lisboa a primeira a ser fundada em 15 de Agosto de 1498 (526 anos), que tem um estatuto diferente, com tutela do Estado e gere os jogos sociais e as sua receitas.

As restantes têm objectivo semelhante de servir os mais necessitados, fundadas ao longo dos tempos, a de Tomar em 8 de Dezembro de 1510 (514 anos) não têm a tutela do Estado, desde o seu início com o Hospital e Igreja Nossa Senhora da Graça, com mais ou menos dificuldades sempre cumpriu a sua função na sociedade e no presente, mostra ter futuro e condições de continuar a servir esta sua comunidade.

Com a extinção das Ordens Religiosas masculinas em Portugal, em Maio de 1834, por Ordem Real de D. Maria II ao Governador Civil de Santarém, em 1836, foi entregue à Santa Casa da Misericórdia de Tomar, (SCMT) na perspectiva da continuidade do seu uso, (já que esta instituição, fundada em 1510, tinha em Tomar vários albergues, botica e hospital), a Botica do Convento de Cristo, bem como um órgão de foles para a sua igreja, que está em 2024 devidamente recuperado.

A história das Misericórdias, foi feita de heranças e doações, para serviço de apoio aos mais necessitados nas áreas da saúde, sociais e culto. No cumprimento das 14 Obras de Misericórdia.

Como contrapartida, os benfeitores pedem que se cuide dos jazigos da família, que se reze missas pela sua alma ou se preste assistência a órfãos, viúvas e outros, mais recentemente também que se cuide do próprio doador.

A história das Misericórdias mais antigas é feita à volta das doações e o Estado Social criado depois do 25 de Abril de 1974, de alguma maneira, vem pôr fim a essas doações, porque as famílias acharam que não era preciso e que o Estado tratava delas quando fosse necessário, situação ainda não assegurada totalmente até hoje, pelo Estado.

Ao contrário, são ainda as Misericórdias em muitos casos que substituem o Estado e suportam elas próprias, os custos de alguns serviços e dos investimentos em novas valências

O 25 de Abril libertou as Misericórdias para podermos chegar onde o Estado não chega, o SNS que os portugueses tanto se orgulham costuma ser referido como consequência dos ideais democráticos do 25 de Abril, mas a sua criação foi devida, sobretudo, ao contributo, à experiência e ao empenhamento das Misericórdias.

Recorde-se que antes do 25 de Abril, a rede nacional dos hospitais era assegurada pelas Misericórdias, era assim também em Tomar, havendo apenas, a complementar esta estrutura, os hospitais da Universidade de Coimbra, o Hospital Santa Maria, em Lisboa, e o de São João, no Porto.

As Misericórdias foram sempre e são ainda um grande factor de desenvolvimento local, de agregação e de protecção das pessoas.

As Misericórdias cuidavam das pessoas e cuidar das pessoas era algo que se fazia nos hospitais, já em 1510 quando em Tomar se funda a Misericórdia, os primeiros hospitais eram constituídos por umas salas pequenas onde as pessoas chegavam e dormiam como hóspedes.

Em Dezembro de 1974, os hospitais das Misericórdias foi o caso de Tomar, passaram a integrar a rede nacional hospitalar e a serem administrados por comissões nomeadas pelo Governo, embora a propriedade dos edifícios e do seu património continuasse a pertencer-lhes

Mais tarde, em 1979, foi criada uma organização uniforme dos cuidados de saúde a nível nacional que resultou na criação do SNS. Que agora mais recentemente tem mostrado grandes fragilidades, que urge ultrapassar.

Existia já a rede e de um dia para o outro, as Misericórdias viram-se sem actividade, tendo de se virar para algo novo, a adaptação rápida das Misericórdias e das suas estruturas à nova realidade, a democracia.

As Misericórdias começam então a sair da saúde e a olhar para aquilo que hoje cha-

mamos respostas sociais, foi assim em Tomar, mantendo a sua já antiga Farmácia, criando o Serviço de Apoio Domiciliário e Centro de Dia em 1986, a construção do Lar Nossa Senhora da Graça 1997, do CAT - Centro de Acolhimento de Crianças em Risco 1999, a Casa Mortuária em 2002 e no ex. Hospital Nossa Senhora da Graça, após o Estado deixar de o utilizar por ter construído o novo e actual Hospital, a Unidade de Cuidados Continuados em 2008, a Unidade de Internamento Privada em 2010 e em 2017 as Residências Assistidas.

Os Governos perceberam a importância que as questões sociais já tinham na Europa, tal como o Presidente da UMP afirmou recentemente a rede de cuidados que hoje serve a população portuguesa apenas foi possível após a revolução. Foi o 25 de Abril, que abriu a porta para que este movimento se fizesse e começaram a perceber que é cada vez mais ténue a diferença entre saúde e segurança social. Foi isso que levou, e está a levar, o Estado a pedir às Misericórdias que regressem à saúde.

As Misericórdias sentiram a mudanca, mas o surgimento da UMP trouxe uma



António Manuel Freitas Alexandre



trabalho das 388 Misericórdias actualmente activas em Portugal, que apoiam diariamente cerca de 165 mil pessoas e, para o efeito, contam com mais de 45 mil colaboradores directos.

A Misericórdia de Tomar, apoia diariamente 251 pessoas e conta com 130 trabalhadores directos. num orçamento de cerca de 4 milhões de euros anuais, 52% são custos de pessoal.

Estes números, traduzem a importância das Misericórdias, na economia e na solidariedade.

Existem actualmente grandes dificuldades, pela necessidade de fazer face aos justos aumentos de salários e pela deficiente comparticipação nos custos dos serviços sociais e de saúde, por parte do Estado e ao contrário, dos discursos, não terem aproveitado as verbas da União Europeia, para construir uma verdadeira rede de equipamentos, que cubra as necessidades no território.

Os sucessivos governos, têm falhado nestas áreas e sem uma verdadeira e séria Cooperação do Estado, com o Sector Social, não temos nem teremos, uma eficiente cobertura nacional que

É urgente, que de uma vez. o Estado, considere na verdade o Sector Social um parceiro fundamental para o cumprimento das actuais obrigações do Estado, perante as pessoas, segundo que o Estado passe a ter uma atitude correcta nos acordos de cooperação com o sector social e terceiro, que de uma vez planei a execução de uma eficiente rede nacional, para o cumprimento das

suas obrigações perante os

cidadãos, nas várias áreas,

nomeadamente, ensino, saú-

de e apoio social.

As Misericórdias em geral, tal como a de Tomar, estão disponíveis e podem fazer muito mais, dando o seu contributo com a sua experiência, a sua sensibilidade social, os seus recursos humanos, o seu património e são ao mesmo tempo importantes, na preservação de património histórico e monumental, bem como do seu arquivo de uma história de mais de 500 anos.

Na história de Portugal. o 25 de Abril permitiu-nos restaurar a liberdade e a democracia, apesar de ainda não sermos o país que queremos, que merecemos e pelo qual muitas gerações lutaram.

Portugal tem tudo, deve é aproveitar e gerir muito melhor, os seus vários recursos e as Misericórdias, são um importante recurso do nosso país, assim os políticos o compreendam e aceitem.

Tomar, Junho de 2024





Procissão do Enterro do Senhor

Na Semana Santa celebramos o mistério central de Jesus que dá a vida por nós, através das celebrações do Tríduo Pascal. Caminhada que fazemos em cada ano, através do tempo quaresmal, que tem o seu culminar nas celebrações de Quinta-Feira Santa, Sexta-Feira Santa com a Paixão e Adoração da Santa Cruz e a Vigília Pascal que dá início ao Tempo Pascal – Ressurreição de Cristo.

Na atmosfera do mistério da Paixão, da adoração da Santa Cruz, do amor que assume os nossos sofrimentos, as nossas dores e a fragilidade da morte, decorreu na nossa Cidade de Tomar. a Procissão do Enterro do Senhor, envolvida pela noite do grande silêncio.

Normalmente a nossa vida, das nossas famílias é marcada pela agitação, pelo ruido, pelos muito afazeres, mas nesta noite somos envolvidos, abraçados, seduzidos pelo silêncio, que leva o interior do nosso coração a adorar, a contemplar Jesus. Como Jesus dá a vida por nós, somos interpelados a darmos a nossa vida por Jesus.

Sinal concreto desse silêncio, dessa adoração, dessa contemplação é a PROCISSÃO DO ENTER- em comunhão com a Santa Casa de Misericórdia de Tomar, na pessoa do Provedor António Alexandre. que demonstrou enorme entusiasmo que a Instituição tivesse uma participação ativa e comprometida. Decorreuno dia 29 de março às 21h00 presidida pelo nosso Bispo José Traquina, que muito agradecemos a sua disponibilidade e proximidade junto do povo Tomarense que lhe foi confiado. Convidamos também as paróquias da Vigararia de Tomar a participarem e muitas corresponderam e o que veio ainda mais embelezar a nossa procissão.

Tudo estava pronto, para iniciar a partir da Igreja da Santa Casa da Misericórdia de Tomar, o nosso Bispo, os Sacerdotes da Vigararia, os acólitos, os irmãos, irmãs e colaboradores da Misericórdia para levar os andores e o pálio e o povo de Deus, famílias com velas acesas, parate stemunharemo amorde Deus por nós, através da morte de Jesus na Cruz, que deu a vida por cada um de nós.

Mas os desígnios de Deus, nem sempre são os nossos e há hora prevista para sair a Procissão, a chuva impediu e reunimo-nos todos na Igreja da Miseri-

a pregação do nosso Bispo José Traquina que através das suas palavras iluminou--nos o coração de todos os presentes.

As palavras do nosso Bispo, ajudaram cada um dos presentes a colocar o seu olhar em Jesus. Destaco da sua meditação, tão enriquecedora e profunda dois pontos:

Salientou a proximidade de Jesus com os dois discípulos: Judas e Pedro. "Jesus é amigo de Judas e de Pedro. Judas era um gestor, um pensador, tinha um projeto. A diferença que há entre Judas e Pedro, é que Pedro não tem um projeto pessoal, é um amigo de Jesus, todo entregue à causa de Jesus e o projeto dele é o de Jesus. Afirma que é capaz de ir com Jesus até à morte. Entrega total de

Judas tem projeto muito próprio, sabe que Jesus reúne todas as condições de ser um grande, líder de um projeto, líder social, líder político e que tem condições para ser rei de Israel. Quando Jesus começa a anunciar que as coisas não vão decorrer desse modo, Judas começa a ficar desanimado com a situação".

Destaco outro ponto das

momento mais sofredor de Jesus, o maior drama da paixão. Jesus não sentia a presenca do Pai. A agonia de Jesus, o sofrimento de sentir a ausência do Pai. Não há situação humana de sofrimento que Jesus não tenha experimentado. Solidão de estar sozinho, os discípulos adormeceram".

Estes dois pontos lança--nos dois desafios concretos para todos nós: Como Pedro sabermos colocar as nossas vidas nas mãos de Jesus e sermos suas testemunhas no dia a dia e a certeza que Jesus assume todos os nossos sofrimentos e os da humanidade.

Quando o Sr. Bispo terminou a sua meditação, que encheu os corações de todos os presentes, a chuva deu ligeiras tréguas e demos início à Procissão do Enterro do Senhor, todos os olhares estavam colocados no esquife do Senhor Morto.

Padre Rui Tereso

A Procissão do Enterro do Senhor, teve de ser abreviada, mas isso não retirou a sua beleza, solenidade, dos que constituíram a Procissão e a emoção de amor dos que participavam na mesma.

Terminou na Igreja de S João Baptista onde se encontrava o andor com a Nossa Senhora das Dores que acompanhou o seu Filho até ao fim. Mãe presente, Mãe amorosa, Mãe que

caminha com os seus filhos e filhas até ao fim. E tínhamos também as nossas crianças, vestidas de anjinhos, que com o seu sorriso para Jesus e Maria, faziam-nos experimentar a alegria, a esperança e a paz que renovem os corações de todos nós.

Palavra de gratidão para a nossa Paróquia de Tomar e para Santa Casa de Misericórdia de Tomar, por todo o empenho, dedicação, entusiasmo, preparam a Procissão do Enterro do Senhor, fazendo dela um marco religioso, histórico e cultural, para a nossa Cidade e Concelho de Tomar.





























Atividades no Lar Nossa Senhora da Graça

No Lar Nossa Senhora da Graça, estão atualmente utentes com uma faixa etária bastante avançada, contando com 4 centenários, na sua maioria com um grau de autonomia bastante satisfatório. São vinte e sete anos de prestação de cuidados a todos aqueles que fizeram deste lar a sua casa e dos cuidadores família.

Uma vida longa transporta consigo oportunida-

des não apenas para o idoso. Traz também consigo uma partilha de conhecimentos, de encorajamento e de sabedoria!

Ano após ano oferecemos a oportunidade de promover atividades e cuidados diferenciados que vão de encontro ao bem-estar da PESSOA.

Todos os dias tentamos satisfazer, dentro do que nos é possível, as necessidades

de quem cuidamos, promovendo grupos de estimulação cognitiva, sensorial, coordenação motora, expressão plástica e musical.

"Prolongar a juventude é o desejo de todos, desfrutar

de uma velhice sadia é sabedoria de poucos".



Cantar as Janeiras é partilhar sorrisos, abraços é levar um pouco de nós os outros!



É Carnaval, ninguém Leva a Mal!



Dia do Pai



Encontros intergeracionais



Dia do Amor – uma celebração da vida, da amizade das pessoas que nos são especiais.



Dia da Mulher





Comemoração dos 27 anos do Lar Nossa Senhora da Graça



Dia da Mãe - O destino de uma mãe é esperar pelos filhos... Ame-a enquante puder.



Peregrinção Anual a Fátima



Peregrinção Anual a Fátima

Atividades nas Residências Assistidas

As Residências Assistidas da Santa Misericórdia de Tomar concretizaram 7 anos de funcionamento, trata-se de um estabelecimento destinado ao alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, para pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, disponibilizando uma oferta global e diferenciada de serviços, promovendo a autonomia, a dignidade e qualidade de vida do cliente.

Sabemos que, na terceira idade o estímulo à realização de exercícios mentais e físicos estão intrinsecamente relacionados à longevidade e à qualidade de vida.

Trabalhamos todos os dias nesse sentido, proporcionando aos nossos clientes, ao longo do ano, um conjunto de atividades com vista à prevenção e promoção da saúde física e mental:



Passeios / Ginástica adaptada ao ar livre: aproveitamos muitas vezes o bom tempo para passear e fazer ginástica;



Dia da Espiga: uma celebração portuguesa que ocorre no dia da quinta-feira da ascensão com um passeio, em que se colhe espigas de vários cereais, flores campestres e raminhos de oliveira para formar um ramo. Cumprimos a tradição.



Comemoração do Dia do PAI: presenteámos os pais com um miminho, neste dia especial.



Comemoração do Dia da Mãe: mimámos as mães com um presente, neste dia especial.



Comemoração dos Dias dos namorados: brincámos ao Dia dos Namorados com os nossos clientes.



Peça de Teatro: Recebemos os alunos do curso Profissional de Interpretação do Agrupamento dos Templários. Vieram interpretarum excerto da Farsa de Inês Pereira de Gil Vicente.



Comemoração do Dia Internacional da Mulher: neste dia importante, oferecemos a todas as mulheres (clientes e colaboradoras) uma flor.



Páscoa: Assinalámos este dia com um miminho de chocolate aos nossos clientes.



Comemoração dos Aniversários dos clientes: momentos de partilha entre os clientes e colaboradores.



Passeio ao Santuário de Fátima: organizamos vários grupos de clientes e fomos até Fátima. Um local de fé onde os utentes adoram ir e deixar uma velinha a Nossa Senhora de Fátima.

Atividades na UCCI

A UCCI da SCMT, desde o início deste ano 2024, tem desenvolvido um trabalho dinâmico juntos dos utentes, promovendo um conjunto de atividades facilitadoras do bem-estar bio-psico-social.

Entre elas destacam-se: Atividades de estimulação cognitiva de grupo: horta terapêutica, sessões de cinema, atividade de culinária, realização de sabonetes artesanais, entre outros.

Sessões de fisioterapia, tanto individuais como em grupo, com enfoque especial na área da saúde mental com a criação de uma sala sensorial, facilitando tanto a estimulação cognitiva como o relaxamento

muscular, envolvendo os utentes no seu processo de reabilitação.

Promoção de momentos de lazer através do convivo intergeracional e entre pares, resgatando a memória do passado, comemoração de dias festivos como o cantar dos reis, almoço de Páscoa, lanche de 16ª aniversário da nossa UCCI, dia

da espiga, Dia da Mãe...

Com todas estas atividades pretendeu-se promover o funcionamento cognitivo global, a autonomia e as suas capacidades funcionais.

As intervenções são sempre realizadas com objetivos terapêuticos concebidas numa abordagem holística, sendo desenvolvidas poruma equipa multidisciplinar.





Sessão de Fisioterapia: Relaxamento e estimulação, na sala Sensorial



Atividade Intergeracional: Cantar dos Reis entre utentes do Lar Nossa Sra da Graça para utentes UCCI



Saída ao Exterior: Jardim do Mouchão



Sessão de Terapia Ocupacional: Pinturas





Saída ao exterior: Santuário de Fátima



Sessão de Estimulação cognitiva individual — Psicologia



Sessão de Fisioterapia individual



Sessão de Fisioterapia em grupo



Horta terapêutica

Farmácia da Misericórdia













- 1. Dia do Cafézinho
- 3. Dia dos Namorados
- 4. Dia do Bolo Saudável
- 5. Dia do Ovinho de Chocolate
- 6. Páscoa
- 7. Dia de Conselheira de Beleza
- 8. Dia de Controlar a Pressão Arterial