

LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL E INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DAS LAMEIRAS

Diretor: José Maria Carneiro da Costa

Distribuição gratuita



“UMA BOLA DE NATAL EM SINTONIA COM O OUTRO”



Boas vindas à primavera

Pág. 5



Assembleia Geral: Relatório e contas de 2021 aprovadas.

Pág. 6



Nenhum dos meus filhos ia para a cama sem rezar... Memórias Olívia Nunes Araújo

Pág. 9

LAMEIRAS - NOTÍCIAS Págs. 10/11

- 2022 - Novos desejos, novas alegrias
- “À Mesa Com Camilo”, nas Lameiras
- AML investe nas energias renováveis
- AML cria estacionamento para bicicletas
- Protocolo de cooperação com Instituto Politécnico da Maia
- Protocolo de cooperação com IPG, Escola Superior de Saúde
- Requalificações internas no Centro Social
- Responsáveis da habitação da Câmara reúnem nas Lameiras
- Reunião Conselho de Moradores do Edifício das Lameiras
- Dia da Mulher assinalado
- À conversa sobre as emoções
- Dia do Pai encantador
- As danças do estendal - Última

LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL
E INFORMATIVO
DA ASSOCIAÇÃO
DE MORADORES
DAS LAMEIRAS

**PROPRIETÁRIO
E EDITOR**

AML- ASSOCIAÇÃO
DE MORADORES
DAS LAMEIRAS
NIPC: 501 455 752

DIREÇÃO

Presidente: Jorge Faria
Vice-Presidente: Carla Faria
Secretário: Manuel Luis de Oliveira
Tesoureiro: José Alberto Sá Ferreira
Vogais: Maria Élia Silva Marques Ribeiro,
Maria das Dores Carneiro Sá Dias,
Maria do Sameiro Macedo Amorim

DIRETOR

José Maria
Carneiro da Costa

REDAÇÃO

Carla Faria
Ricardo Ribeiro
Carla Gonçalves
Carla Carvalho

**Colaboraram neste
número**

Jorge Faria, Luísa Händel,
Ricardo Ribeiro, Carla Carvalho,
José Agostinho Pereira e
Filipa Cruz

REVISÃO

Jorge Faria

ADMINISTRAÇÃO

Jorge Faria,
José Ferreira
e Manuel Oliveira

Tiragem: 1.000 exp.
Registado na ERC
com o n.º 113272
Depósito Legal
N.º 145669/99

**Edição com o apoio do
Acordo de Colaboração
entre o Município de
Famalicão e a AML para
o Edifício das Lameiras**

Sede da Administração,
Redação e Editor:
Rua da Associação de Moradores das Lameiras,
Edifício das Lameiras
4760-026 V. N. Famalicão

Telef. 252 501 700
Fax 252 501 709
Correio eletrónico: geral@amlameiras.pt

Execução Gráfica: **Oficina S. José**
Rua de S. Brás, n.º 1
4710-073 Gualtar - BRAGA
Telf. 253 693 554 · Tlm 961 309 220
geral@oficinasajose.pt

Mensagem do presidente da direção

A Páscoa é sempre uma data especial para mim, e certamente para todos os moradores e ex-moradores do Edifício das Lameiras, pois não só é um período festivo especial devido à mensagem que nos traz mas é, também, o dia de aniversário do Edifício das Lameiras. Este foi o dia em que muitos de nós deram início a uma nova etapa das suas vidas e que passaram 39 anos, e próximo de assinalar 40 anos de histórias e estórias neste recinto, ele, é hoje, uma referência local, nacional e internacional pelo trabalho que foi e é desenvolvido em prol de todos os que aqui residem e residiram. São 39 anos de uma história única, “escrita” pelas pessoas que deram corpo a um edifício único. O segredo deste sucesso está nas pessoas e nos valores que elas transportam.

Será sempre prioridade da direção da Associação de Moradores das Lameiras que este seja sempre um projeto de comunidade, de pertença e concretizado com a colaboração e

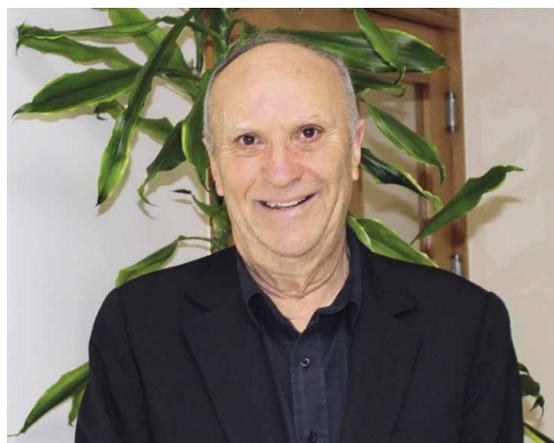
VAMOS DAR MAIS COR À AML

Sabes que num simples gesto e sem qualquer custo, ou trabalho, podes dar mais cor à Associação de Moradores das Lameiras?

Para isso basta no preenchimento do teu IRS colocar uma X, e o nosso NIF 501455752 (como na imagem).

Como posso atribuir 0,5% do meu IRS

Para atribuir 0,5% do seu IRS à nossa instituição, basta que entre o dia 1 de abril e 30 de junho, ao preencher a tua declaração, identifiques no quadro 11 do modelo 3 (rostro) do IRS o número de identificação fiscal (NIF) da Associação de Moradores das Lameiras (501455752) tal como indica a imagem ao lado. Esta consignação não tem qualquer custo para ti e permite “desviar” 0,5% do imposto que entraria nos cofres do Estado, o que significa que não vai ter qualquer implicação nos seus reembolsos ou pagamentos, se for o caso. Porque é que devo colaborar? Porque o valor recebido terá como principais finalidades melhorar as infraestruturas da instituição, adquirir novos materiais e promover novas atividades para os nossos utentes.



interligação de todas as famílias que residem no Edifício das Lameiras e entidades parceiras no terreno.

Em nome de todos os corpos gerentes da Associação de Moradores das Lameiras, quero desejar uma santa Páscoa a todos os moradores das Lameiras, a todos os utentes das nossas respostas sociais e familiares, assim como a todos os parceiros e amigos da AML. Agora que as medidas estão mais “brandas” desejo também que todos possam voltar a estar com os quem mais amam e vos fazem felizes, sendo este um período de renascimento que o seja também para cada um de nós depois de um período tão difícil e complexo como o que vivemos nestes últimos 2 anos.

Um abraço amigo!

Jorge Faria
Presidente da direção



MODELO 3 (rostro)			
11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS / CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 10% DO IJA SUPORTADO			
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS	NIF	IRS	
Instituição Religiosa art. 32.º, n.º 1 a 4 do Lei n.º 142/011, de 22 de junho			
Instituição Particular de Solidariedade Social ou Pessoa Coletiva de Utilidade Pública art. 32.º, n.º 5 da Lei n.º 142/011, de 22 de junho	1101 501455752	X	



As cicatrizes da união

Quando nos despimos e ficamos sozinhos na casa de banho, preparados para tomar o nosso duche e nos colocamos em frente do espelho, com os olhos fixos na imagem que o nosso corpo despido reflete no vidro, certamente que já reparámos e até recordamos, as diversas cicatrizes que o mesmo ostenta; os pedaços de vida que deixaram as suas marcas na pele do nosso corpo. Cada cicatriz, faz lembrar um acontecimento, desde a meninice até à idade adulta e as diversas prerrogativas da vida.

Recordo-me de num determinado domingo, enquanto preparava o almoço para a minha família, ao retirar a pingadeira do forno,

com o coelho, as batatas e as castanhas assados, toquei com as costas da mão direita na parte superior do interior daquele eletrodoméstico, precisamente no sítio em que a temperatura era mais elevada. De imediato, surgiu um vermelhão enorme e uma bola irrompeu nas costas da mão. Apesar da água fria, gelo, das pomadas e outros ingredientes para atenuar o ferimento, só ao fim de três semanas é que a pele começou a querer ficar igual à restante, mas a cicatriz, essa, ficou lá. Quando olho para ela, lembro-me do cuidado que devo ter, sempre que trabalho com forno elétrico da minha cozinha.

As cicatrizes do corpo tanto podem ser exteriores como interiores, visíveis ou invisíveis. Só aqueles e aquelas que as possuem estão aptos, ou não, a tornar público essas marcas que a vida guarda, como símbolos das fragilidades e descuidos humanos. Às vezes interrogo-me a mim mesmo sobre aquilo que mais faz doer: se são as cicatrizes da carne, ou as cicatrizes das relações humanas? Estas últimas são bem mais difíceis de apagar. Ande por onde andar, de vez enquanto, na mente ou nos sonhos, elas teimam em visitar-nos, nem que seja apenas para nos lembrar e dizer, que devemos desculpar sempre; devemos

falar sempre, devemos estar sempre preparados para o diálogo, franco e aberto, porque a cura é sempre melhor do que o rancor, o ódio e a morte.

De qualquer das formas as cicatrizes são sempre um sinal de recuperação, sendo a sua parte mais visível a união da pele após feridas provocadas por acidentes, doenças ou cirurgias. Uma cicatriz faz parte de um processo de cura do corpo ou da mente. No início do processo cicatricial é comum a dor e a cor vermelha, mas tudo dependerá da superfície da pele e da profundidade do ferimento do paciente. Com o tempo a cicatriz vai-se aproximando da cor natural da pele, embora deixe naquele sítio a sua marca.



Se neste boletim pertença de um órgão associativo, perguntarão alguns: o que é que as cicatrizes têm a ver com o associativismo? – Pergunta bem colocada, dirão outros. Pois bem, o associativismo tem muito a ver com isto. Ele deve ser visto como uma manta artesanal, com várias cores, cozidas umas às outras aos bocadinhos, onde cada um e cada uma colocou e coseu a sua parte, que depois de pronta, fica linda, sem se notarem as coseduras – cicatrizes da manta – que deixam de se notarem e passam a embelezar as partes, que fazem o todo, tal como no corpo humano: cosidas as feridas do “rasgão” que espera a “união”, para depois de passar uns dias o corpo humano ou a manta construída de fragmentos voltar à sua beleza natural.

As dores provocadas pelas feridas são sinal de fraquezas, mas para nós dirigentes associativos e associados, também devem ser vistas como oportunidades de melhoria. Não separemos, o que separa faz doer, mas trabalhe-mos na união, porque essa, sim, une e faz a força.

José Maria Carneiro da Costa

«Quanto ganha o Papa?»

– Francisco responde e critica membros do clero com «carros de luxo»

O Papa criticou os membros do clero que têm “carros de luxo”; num livro-entrevista publicado recentemente o Papa Francisco responde às questões levantadas por cem perguntas de pobres de todo o mundo.



“Dói-me que homens da Igreja, padres, bispos, cardeais, conduzam carros de luxo e, longe de dar o exemplo da pobreza, deem os testemunhos mais negativos”, referiu o Francisco, na obra ‘Em diálogo com o mundo’ (título da edição italiana, editada pela Corbaccio).

A declaração surge a respeito da pergunta “quanto ganha o Papa?”, colocada por Chandni, da Índia.

Eu não ganho nada – essa é a resposta – mas mesmo nada!

“Eu não ganho nada – essa é a resposta – mas mesmo nada! Sou sustentado e, se precisar de alguma coisa, peço. Dizem-me sempre que sim, na verdade. Não se discute com o Papa! Se eu precisar de sapatos, peço”, exemplificou. Francisco considerou-se “protegido” e disse ser “bonito” poder andar de “bolsos vazios”. “Na falta de proteção, porém, é preciso ter algo no bolso”, admitiu, sublinhando que a sua é “uma pobreza fictícia”, porque não lhe falta nada.

O livro-entrevista, precisa o portal ‘Vatican News’, é fruto de “quatro longos encontros” de Francisco com pequenos grupos de sem-abrigo e trabalhadores precários da Associação Lazare, na Casa de Santa Marta, onde reside o Papa. As perguntas chegaram de crianças das favelas brasileiras e mulheres das planícies indianas, crianças do deserto iraniano e americanos sem-abrigo, prostitutas asiáticas e famílias malgaxes.

Porta-vozes dos pobres de 80 países

Christian, Ricardo, Philippe, Manoli, Diana, Jesús, Charlotte, Orelia, Alain atuaram como porta-vozes dos pobres de 80 países, que dirigiram suas perguntas ao Papa por meio de Lazare e cerca de vinte associações e ONG dos cinco continentes, como Fidesco ou Enfants du Mékong, informa o Vaticano, acrescentando que os direitos de autor reverterem em favor destas instituições. Francisco apresenta-se como “um homem comum”, brincando com o seu mau acordar – apresenta-se como um “zombie”, na primeira meia hora do seu dia – e recordando episódios da sua juventude, onde chegou a namorar, em Buenos Aires, antes de seguir a vocação religiosa, como jesuíta.

Além das questões pessoais, as perguntas abordam a relação entre pobreza e sociedade consumo, a riqueza do Vaticano ou o papel da

Igreja Católica no combate às injustiças.

O Papa assinala que alguns dos seus críticos o chamam “comunista”, mas assume que a solução para as desigualdades “só pode vir dos movimentos populares”.

Fonte:

<https://agencia.ecclesia.pt/porta/publicacoes-quanto-ganha-o-papa-francisco-responde-e-critica-membros-do-clero-com-carros-de-luxo/>

A Magia veio à escola!

Foi plena diversão, entusiasmo e admiração. Os olhos vibraram com o desconhecido e a alegria do que surgia e do que eram capazes. A magia faz sonhar, e os nossos meninos sonharam e tiveram a certeza que todos temos Magia dentro de nós!



Dia da Amizade

No dia da amizade os meninos/as da sala dos 4 anos, tiveram um lanche especial oferecido pelos pais da nossa sala e fizemos lindos postais para oferecer uns aos outros. Os nossos finalistas, sala dos 5 anos, foram almoçar ao BurgerKing, e quanto aos nossos meninos e meninas do CATL os seus desejos ganharam asas e cor com as pulseiras da amizade que partilharam com os seus amigos. Quem partilha momentos felizes cria memórias para toda a vida.

A Semana Louca esteve de volta!

Depois da primeira edição, voltámos em 2022 com a Semana Mais Louca da AML.

Em modo de aquecimento para o Carnaval, as nossas crianças, ao longo da semana, tiveram vários desafios pela frente, desde a roupa ao contrário, o laço louco, o penteado mais louco, a camisola mais louca e o dia dos mascarados onde cada criança escolheu a sua fantasia para trazer vestida. Festejámos o Carnaval com Euforia!



Dia Internacional da Síndrome de Down

Neste dia as crianças utilizaram meias de cores diferentes. E o que significa utilizar meias de cores diferentes neste dia? A ideia é transmitir que são as nossas diferenças que nos fazem fantásticos.

Boas vindas à primavera

Em março demos as boas vindas à primavera. Aprendemos novas canções, exploramos flores e borboletas. Vimos o filme da história de José Saramago, "A maior flor do mundo"; construímos a nossa Flor e aprendemos que se protegemos a Natureza ela também nos protege. E por fim semeamos girassóis. Agora é só esperar a natureza fazer acontecer.



Aprovados o Relatório de Atividades e Contas do ano de 2021

Reunida no passado dia 28 de março, a Assembleia-geral da AML – Associação de Moradores das Lameiras aprovou o relatório de atividades e as contas do exercício do ano de 2021, no valor de um milhão, setecentos setenta e cinco mil euros. Tendo sido proposto pelo conselho fiscal, e aprovado pelos presentes, um voto de reconhecimento e agradecimento a todos os colaboradores pelo trabalho desenvolvido pelas diferentes equipas de trabalho no ano de 2020 e 2021.



Jorge Faria, presidente da direção da AML, salientou, que “este já é o segundo ano em que “convivemos” com a pandemia e, como tal, a preparação e execução do programa de ação de 2021 já foi pensada de outra forma, no entanto, no meio do caminho houve sempre lugar a alterações dados os constrangimentos que iam surgindo”.

Equilíbrio de nós para nós

Na apresentação do relatório, Jorge Faria destacou que “em 2021 a AML focou a sua intervenção no EU, na necessidade de criar um ponto de equilíbrio de nós para nós”. E, nesse sentido, e tendo em conta o trabalho desenvolvido, ao longo de 2021, o mesmo conclui “que este foi o tema oportuno para trabalhar com os utentes, colaboradores, familiares e comunidade envolvente”. Referiu ainda que “as atividades desenvolvidas, na sua maioria, incidiram na construção da própria consciência, na capacidade de abertura ao outro, através do diálogo e comunicação, aprendendo mais sobre si mesmo, indo de encontro ao programa de ação, Em Sintonia com o Eu”. Destacou ainda “que apesar da candidatura ao programa PARES para a criação de apartamentos T0 no edifício das Lameiras não ter sido aprovada, a AML irá avançar em 2022 para a construção dos mesmos com o possível apoio da câmara, assim como será realizada a requalificação física do setor de idosos, obra que já se encontra em andamento”. O presidente da AML, Jorge Faria, fez questão de relembrar que “em 2021 deu-se início a um processo de melhoramento do Edifício das Lameiras” tendo já sido “iniciado uma intervenção profunda no sistema de abastecimento de água do edifício e iniciada a obra de substituição da

rede de saneamento”. Ainda em 2021, refere Jorge Faria, “iniciou-se a reparação e substituição de todas as estruturas de ferro das áreas comuns (gradeamentos, portas, acessos escadas).

Aprovada revisão parcial dos estatutos

Nesta assembleia geral foi, também, apresentada uma proposta de revisão parcial dos estatutos da AML no que concerne ao Capítulo I – Artigos 3º e 4º - Objetivos e Atividades, na Secção II - Da Assembleia geral - Artigo 23º Convocação e publicitação e na Secção IV - Do Conselho de Moradores - Artigos 39º, 40º e 41º. As propostas apresentadas foram discutidas em assembleia tendo as mesmas sido aprovadas pelos associados.

Nesta assembleia, Jorge Faria salientou que “ninguém esperava algo como a pandemia que ainda estamos a ultrapassar” destacou, no entanto, que “o facto de a AML ter enfrentando de forma única esta situação veio demonstrar a capacidade de resposta do ser humano, em especial, e no caso da AML, dos colaboradores, da direção, dos associados, dos utentes e respetivos familiares dos utentes, dos moradores do Edifício das Lameiras e dos parceiros da AML”.

A finalizar Jorge Faria salientou que “perante os desafios, a AML não se vitimizou e decidiu, como sempre, tomar as “rédeas” do seu presente e futuro, e avançar, responsabilizar-se, mover-se para a ação e que este será sempre o mote desta equipa.”

Ricardo Ribeiro

“UMA BOLA DE NATAL! EM SINTONIA COM O OUTRO 2021”.

Entrega de prémios

No decorrer do mês de dezembro de 2021 foi promovido pela AML a 2ª edição do concurso de Natal, com o nome, “Uma Bola de Natal! Em Sintonia com o Outro 2021”. Este concurso tinha como principais objetivos, alertar, sensibilizar e promover o envolvimento da comunidade em questões relacionadas com a sustentabilidade ambiental, tendo como desafio a construção de uma bola de Natal com materiais recicláveis.

O concurso contou com o total de 25 participantes individuais, em grupo, entidades privadas e instituições. Devido a constrangimentos causados pela situação pandémica, o concurso sofreu um alargamento de datas tendo a entrega dos prémios decorrido no presente mês de fevereiro. Foi, então, no passado dia 24 de fevereiro, que se procedeu à entrega dos troféus às bolas vencedoras da exposição “Uma Bola de Natal! Em Sintonia com o Outro 2021”.

Valor à criatividade dos participantes

Jorge Faria, presidente da AML, deu os parabéns a todos os participantes, agradecendo “a adesão por parte de outras instituições do concelho no concurso de Natal da

AML, que muito nos orgulhou”. Aproveitou o momento para estender o convite a outras instituições para que participem já na próxima edição de 2022. No momento da entrega dos prémios, Jorge Faria, expressou o seu agradecimento à Casa ao Lado, por “uma vez mais demonstrarem a amizade e o carinho que têm pela nossa instituição, pela pronta disponibilidade e colaboração quando os convidámos para jurados”. O que se experienciou na AML com o concurso “Uma Bola de Natal! Em Sintonia com o Outro 2021” teve um “sabor” especial após os anos atípicos que vivenciamos. Voltar a sentir o verdadeiro espírito natalício, foi deveras emocionante, trazendo a alegria, a empatia, a amizade e a cor à AML, que contou com toda a criatividade dos participantes.

Classificação final:



Famalicão prepara Plano Estratégico

Imagina-se o futuro em Famalicão

Famalicão está a imaginar como é que será em 2030. O exercício surge na sequência do desafio que o município de Vila Nova de Famalicão lançou à comunidade para elaboração do Plano Estratégico 2022-2030 cujo primeiro passo foi dado pelos jovens no passado dia 26 de março, durante a realização da cerimónia de entrega das bolsas de estudo aos estudantes do ensino superior de Vila Nova de Famalicão.



“Quisemos começar este processo de auscultação da sociedade com os jovens porque são eles o futuro e é sobretudo para lá que deve apontar o plano estratégico que queremos elaborar para nortear a nossa gestão e decisões de âmbito municipal”, refere Mário Passos, Presidente da Câmara Municipal.

Saúde, os Transportes e a Habitação

Neste primeiro momento, os jovens tiveram a oportunidade de interagir diretamente com o autarca, sobressaindo das suas intervenções preocupações com a Saúde, os Transportes e a Habitação, entre outras áreas. “Temas que estão na ordem do dia, pelo reconhecimento das lacunas existentes a estes níveis no território e que, como tal, são prioridades para o executivo”. Mário Passos registou, dialogou e expôs a sua estratégia para estas áreas. A elaboração do novo Plano Estratégico do Município surge pela necessidade de alinhamento da estratégia municipal face às prioridades e recursos das estratégias internacionais e nacionais, nomeadamente os “Objetivos de Desenvolvimento Sustentável – ODS” e o novo ciclo de programação europeia, e face ao início de um novo ciclo autárquico.

Mais de uma dezena de iniciativas temáticas

Os “Dias de Famalicão.30” vão decorrer até 30 de abril com a realização de mais de uma de-

zena de iniciativas temáticas, como encontros comunitários, reuniões de trabalho e de diagnóstico e workshops entre os serviços municipais e entidades parceiras, que vão culminar na realização de um Painel de Cidadãos, no dia 30 de abril, sob o tema “Imaginar Famalicão em 2030”.

José Agostinho Pereira
GCI – Município VNF



“Nenhum dos meus filhos ia para a cama sem rezar...”

Memórias de Olívia da Conceição Barroso Nunes Araújo (80 anos)

Olívia da Conceição Barroso Nunes Araújo, nasceu em Santo Adrião, na cidade de Vila Nova de Famalicão, no dia 18 de julho de 1941. Esteve emigrada em França cerca de três anos, juntamente com o seu marido e os dois filhos que tinha nesse momento (Olívia e o Carlos Pedro), nascendo lá o terceiro filho (Frederico). No entanto, excetuando estes três anos, toda a sua vida foi em Famalicão. O motivo da emigração tem a ver com a família do marido estar a habitar em França. Contudo, por motivos de saúde, dificuldades de adaptação e saudades da família, voltaram para Portugal, entretanto nasceu a última filha (Isabel).

Vida muito feliz

D. Olívia é oriunda de uma família numerosa, constituída por dez irmãos, sendo ela a filha mais velha. Atualmente estão presentes nove irmãos com quem tem uma excelente relação e muita proximidade: Carlos, Zelia, Fátima, Flora, José, Florinda (faleceu), Júlia, Aurora e Gil. Relata ainda que os “meus pais eram um casal exemplar (Carlos Nunes e Elvira Barroso), assim como a minha avó (Edviges), que vivia connosco”. Recorda que teve uma infância muito feliz, apesar de ser no tempo da guerra. Andou na escola primária, completando o segundo grau e começou a trabalhar aos catorze anos, como operária fabril na conhecida fábrica têxtil “Silma”, onde trabalhou até aos vinte e três anos. Relata com orgulho que durante estes nove anos sempre aprendeu paralelamente costura, sendo que mesmo depois de casada, foi aperfeiçoando esta arte. Realça ainda que realizou um exame numa escola de moda no Porto. Aos vinte e três anos de idade, foi o momento do seu casamento. Recorda o dia do seu casamento como um dia muito feliz, referindo ainda: “Rezei muito ao Senhor para não ser enganada no casamento e ter uma vida feliz”; e assim aconteceu, ainda hoje são um casal muito unido e refere que sempre se deram muito bem, reiterando que o seu marido é muito boa pessoa. Relativamente à sua história de amor, conheceu o marido nas Festas Antoninas em Vila Nova de Famalicão, onde ia vestida de noiva antiga. “Ele disse que eu estava muito bonita e depois começou a percorrer os trajetos que eu fazia ao vir do trabalho e fomos falando, começamos a namorar e depois casámos”.

Pertenceu aos quadros da Ação Católica

Refere com orgulho que pertenceu aos quadros da Ação Católica, sendo inclusive presidente. É uma pessoa muito devota e que desde muito nova sempre esteve envolvida em questões religiosas, “fui eu que incuti em casa dos



meus pais rezar o terço. E na minha casa era igual, nenhum dos meus filhos ia para a cama sem rezar”. Relata ainda que tem prazer em ajudar todos aqueles que precisam, sempre foi assim e enquanto puder irá continuar a fazê-lo. Teve uma Boutique conceituada em Famalicão, juntamente com a cunhada – “Boutique Laçarote”, mas mais tarde e durante alguns anos teve um *atelier* de costura e considera que o sucesso que teve devia-se não só à qualidade do vestuário que confeccionava, mas também ao facto de ser agravável com as clientes. Quando discursa sobre este tema verifica-se que os seus olhos brilham e que recorda com muita saudade, tendo em conta que sempre foi muito acarinhada pelas clientes.

Fragilidade emocional da cuidadora

Entretanto, há cerca de oito anos, o marido, Luís Araújo, foi diagnosticado com Demência de Alzheimer e a vida do casal e de toda a família foi-se transformando conforme a evolução da sintomatologia. A D. Olívia foi cuidadora do marido durante cerca de cinco anos, contudo, em 2019 tendo em conta o estado da doença e a fragilidade emocional da cuidadora, foi necessário integrar o marido em Centro de Dia no Centro Social de Calendário. Posteriormente surgiu a pandemia COVID-19 e os centros de dia encerraram. Deste modo a família viu-se obrigada a integrar o Sr. Luís numa Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) e realizaram-no na Associação de Moradores das Lameiras. Em dezembro de 2021 na véspera de Natal a utente sofreu uma queda, fraturando duas vertebra da coluna e um ombro e deste modo, tendo em conta as grandes limitações com que ficou, houve a necessidade de integrar a D. Olívia em ERPI com o objetivo de uma rápida e eficaz recuperação. A utente optou por vir para a instituição onde estava o marido e sente-se feliz junto da sua nova família. É importante realçar que mantém o contacto bastante próximo com todos os familiares, referindo o seguinte: “sinto muito orgulho em toda a minha família, filhos, noras, genros e netos, e dou graças a Deus pela família que tenho...”.

Filipa Cruz

2022 – Novos desejos, novas alegrias



No início de cada ano é tradição, e devemos sempre todos fazer, a lista de desejos/objetivos a realizar para o ano que se inicia. Este ano os nossos idosos realizaram e quiseram apresentar os seus pedidos para 2022. Com pensamentos positivos, queremos que 2022, apesar de tudo, seja um ano de concretizações, realizações e muita atenção ao Outro. Se ainda não fez a sua lista, é muito simples, pegue num papel em branco, um lápis ou esferográfica, escolha um local que lhe transmita boas energias e feche os olhos...a seguir sinta, e veja, o que o seu coração e a sua alma lhe dizem. Depois é só escrever tudo na folha. A partir daí, todos os dias, devem visualizar esses objetivos, e conseguir “olhar” para eles como se já tivessem acontecido. Sintam mesmo a alegria e todas as emoções positivas de terem conseguido. Bom ano!

“À Mesa Com Camilo”, nas Lameiras



No passado dia 5 de janeiro, tivemos o privilégio de receber nas nossas instalações a escritora famalicense Elzira Sá Queiroga, autora do livro “À Mesa com Camilo”. Como a própria fez questão de referir na sua dedicatória é sempre bom regressar ao local onde “cresci, aprendi, partilhei, vivi”, e onde iniciou o seu caminho. Como referiu o presidente da direção da AML, Jorge Faria, a Elzira é um elemento da família Lameiras, pois nasceu e cresceu no Edifício das Lameiras. Um orgulho enorme para todos os moradores das Lameiras ver outros residentes a terem sucesso nas mais variadas áreas, neste caso como escritora. Jorge Faria aproveitou o momento para agradecer o magnífico livro de Elzira Queiroga, que nos transporta, para uma visita às tertúlias e experiências de Camilo Castelo Branco, na sua época, onde “dissertavam” sobre gastronomia, vinhos e das mais variadas experiências gustativas.

AML investe nas energias renováveis

Terminaram no passado dia 21 de janeiro os trabalhos de instalação de uma central fotovoltaica, na cobertura do Centro Social, que permite a produção de energia para autoconsumo. Tudo isto só foi possível graças a uma parceria com a EDP. Para Jorge Faria, este investimento



“permite à AML continuar a dar passos firmes na sua autossustentabilidade e preservação do meio ambiente”.

AML cria estacionamento para bicicletas



A direção da AML criou um espaço de estacionamento para bicicletas no Centro Social. Com esta intervenção pretende mobilizar os utilizadores dos seus serviços a utilizarem estes meios suaves de transporte. Esta intervenção surge no seguimento do projeto socioeducativo “Em Sintonia: Eu, o Outro e o Mundo” que tem como principal objetivo criar condições, dar ferramen-

tas e educar para termos crianças, jovens, adultos e idosos mais gratos, mais compassivos, tolerantes, atentas ao Outro e ao Mundo que as rodeia e que é a sua casa.

Protocolo de cooperação com Instituto Politécnico da Maia



Associação de Moradores das Lameiras – AML e o Instituto Politécnico da Maia – IPMAIA, assinaram no passado dia 7 de fevereiro um protocolo de cooperação. Representou a AML, o seu presidente Jorge Faria, e o IPMAIA, Alice Pereira, Professora e Supervisora de Estágio do curso Técnico Superior Profissional de Acompanhamento de Crianças e Jovens. Na altura Jorge Faria referiu que “a formalização deste protocolo com uma entidade de ensino tão prestigiada, surge como um reconhecimento de que a AML apresenta serviços de excelência e assegura um espaço de aprendizagem para os alunos do IPMAIA.” A partir de agora a AML irá receber formandos do curso Profissional de Acompanhamento de Crianças e Jovens lecionado pelo Instituto Politécnico da Maia.

Protocolo de cooperação com IPG, Escola Superior de Saúde

No passado dia 21 de fevereiro a AML formalizou uma parceria o IPG – Instituto Politécnico da Guarda, Escola Superior de Saúde. Representaram as duas instituições neste



ato, o presidente da AML, Jorge Faria e a coordenadora de curso, Hermínia Barbosa, em representação do presidente da direção do IPG. Também esteve presente a professora Agostinha Esteves Melo, orientadora de estágio do curso de enfermagem. Ao abrigo deste protocolo a AML já acolheu na sua instituição, para estágio, quatro alunos do 4º ano do curso de enfermagem do Instituto Politécnico da Guarda. Com a assinatura deste protocolo, entre as duas instituições, o número de alunos estagiários pode aumentar.

Requalificações internas no Centro Social



Após vários meses de avanços e recuos, deu-se início a várias intervenções no nosso Centro Social, algumas delas já programadas desde 2021, mas adiadas devido à pandemia. Estas passam pela renovação dos quartos dos idosos, do sistema de aquecimento no pré-escolar, da revisão das entradas principais e também da zona do parque infantil, de acesso às salas do pré-escolar.

Desde já agradecemos a atenção de todos por terem aguardado, pacientemente, a realização destas intervenções.

Responsáveis da habitação da Câmara reúnem nas Lameiras



No passado dia 17 de março reuniu no Centro Social das Lameiras o presidente da direção, Jorge Faria, com a nova equipa responsável pela Habitação Social do Município de Famalicão, liderada pelo Dr. Vítor Pereira. Nesta reunião abordaram-se assuntos de maior interesse para o Edifício das Lameiras que se encontra quase a completar 40 anos. Trata-se de um exemplo a nível nacional de boas práticas de gestão de um bairro social, no entanto há intervenções que como qualquer outro edifício com 40 anos necessita. Um dos pontos mais importantes desta reunião foi a requalificação do telhado e de algumas áreas comuns, assim como a limpeza do mesmo. Durante 2022 teremos novas surpresas.

Reunião Conselho de Moradores do Edifício das Lameiras

Reuniu no passado dia 21 de março o Conselho de Moradores do Edifício das Lameiras. Na reunião deste órgão consultivo, foi apresentado pelo presidente da direção,

Jorge Faria, o relatório de atividades e contas do edifício das Lameiras, tendo sido validado pelos presentes. Nesta mesma reunião foram abordados outros assuntos que preocupam os moradores do Edifício, desde a limpeza dos espaços comuns, obras de manutenção e requalificação,



atividades da Páscoa (compassos, embelezamento dos espaços, missa), comemoração do 39º aniversário do edifício, entre outros assuntos.

Dia da Mulher assinalado



A AML assinalou o Dia da Mulher oferecendo a todas as mulheres, da sua Estrutura Residencial e Centro de Dia para Idosos, uma rosa simbolizando o encanto especial que cada uma delas apresenta. Todas são merecedoras do nosso carinho e admiração por tudo o que fizeram e fazem.

À conversa sobre as emoções



No passado dia 9 de março enquanto falávamos sobre as nossas emoções com os nossos meninos e meninas, surgiu aos olhos deles, de forma espontânea, que a cor

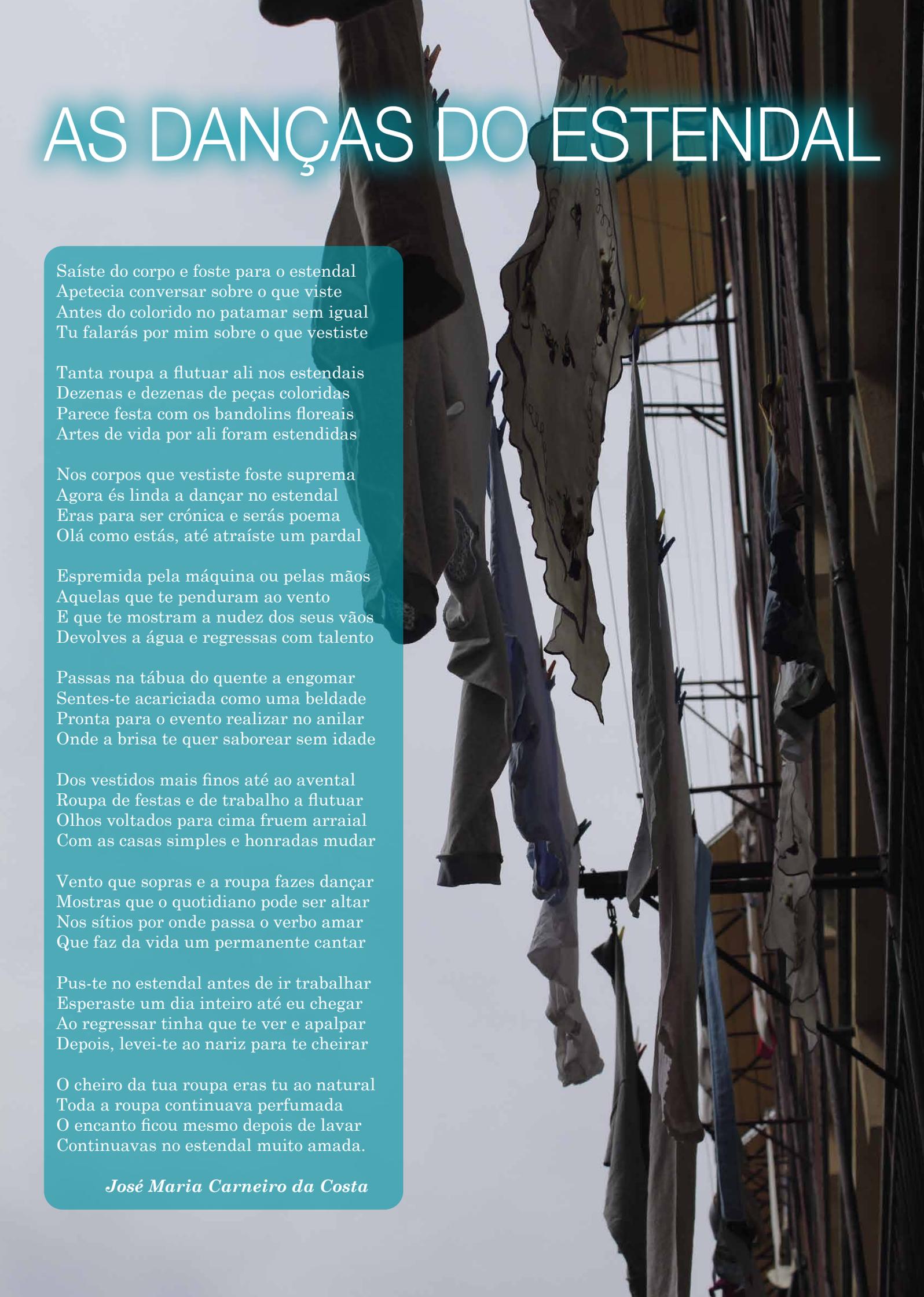
que se associa à tristeza (amarelo) junto com a cor que se associa à alegria (azul) forma as cores da bandeira da Ucrânia. Esta perceção levou a um pequeno debate sobre este contraste de emoções e de perceber, aos poucos, que a Vida é percorrida por diferentes emoções, sendo muito importante compreendê-las, aceitar que elas existem e que as mesmas não ficam connosco para sempre, vão percorrendo os diferentes momentos dos nossos dias.

Dia do Pai encantador



Este ano a AML numa parceria com Cristina Carvalho, da empresa REMAX, produziu um vídeo que se encontra disponível na página oficial de Facebook onde os meninos e meninas foram desafiados a falarem sobre os seus pais. O resultado é encantador por isso lançamos o repto a visitar as nossas redes sociais. Deixamos neste boletim algumas imagens do vídeo. A direção da AML agradece à Equipa Cristina Carvalho pela concretização deste vídeo.

AS DANÇAS DO ESTENDAL



Saíste do corpo e foste para o estendal
Apetecia conversar sobre o que viste
Antes do colorido no patamar sem igual
Tu falarás por mim sobre o que vestiste

Tanta roupa a flutuar ali nos estendais
Dezenas e dezenas de peças coloridas
Parece festa com os bandolins floreados
Artes de vida por ali foram estendidas

Nos corpos que vestiste foste suprema
Agora és linda a dançar no estendal
Eras para ser crónica e serás poema
Olá como estás, até atraíste um pardal

Espremida pela máquina ou pelas mãos
Aquelas que te penduram ao vento
E que te mostram a nudez dos seus vãos
Devolves a água e regressas com talento

Passas na tábua do quente a engomar
Senteste acariciada como uma beldade
Pronta para o evento realizar no anilar
Onde a brisa te quer saborear sem idade

Dos vestidos mais finos até ao avental
Roupa de festas e de trabalho a flutuar
Olhos voltados para cima fruem arraial
Com as casas simples e honradas mudar

Vento que sopras e a roupa fazes dançar
Mostras que o quotidiano pode ser altar
Nos sítios por onde passa o verbo amar
Que faz da vida um permanente cantar

Pus-te no estendal antes de ir trabalhar
Esperaste um dia inteiro até eu chegar
Ao regressar tinha que te ver e apalpar
Depois, levei-te ao nariz para te cheirar

O cheiro da tua roupa eras tu ao natural
Toda a roupa continuava perfumada
O encanto ficou mesmo depois de lavar
Continuavas no estendal muito amada.

José Maria Carneiro da Costa