

LAMEIRAS

BOLETIM CULTURAL E INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DAS LAMEIRAS

Diretor: José Maria Carneiro da Costa

Distribuição gratuita



Mais 4 anos de afetos



Associativismo: Farol em tempo de incerteza

Pag. 2



Novo Parque de Skate em Sinções

Pag. 3



Memórias: Esposa e prima de coração

Pag. 8



Especial tomada de posse, Pags. 5, 6 e 7

Lameiras – Notícias Págs. 10/11

- José Maria Costa reeleito representante das IPSS no NE-CLAS;
- Cantar as Janeiras;
- “Pensar 2025”;
- Um miminho que faz a diferença;
- Jorge Faria representou IPSS no Conselho da Comunidade de Famalicão;
- Séniores praticam yoga;
- School House visita AML;
- O homem que só pensava em números;
- Semana dos afetos;
- Atividades sensoriais;
- Dia de S. José;
- Uma flor para mulheres especiais;
- Carnaval Sénior.
- Naquele dia levantei-me cedo (Poema) - 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
Liliana Araújo
Carla Gonçalves
Carla Carvalho

**Colaboraram neste
número**

Jorge Faria, Liliana Araújo,
Gabriela Azevedo, Carla Carvalho,
Filipa Cruz, Jorge Barbosa e
Maria João

REVISÃO

Jorge Faria

ADMINISTRAÇÃO

Jorge Faria,
José Ferreira
e Manuel Oliveira

Tiragem: 800 exp.
Registado na ERC
com o n.º 113272
Depósito Legal
N.º 145669/99

Estatuto editorial em:

[https://amlameiras.pt/
boletim-cultural](https://amlameiras.pt/boletim-cultural)
www.amlameiras.pt

**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@oficinasaojose.pt

Associativismo: Um farol em tempo de incerteza

O associativismo continua a ser um farol em tempos de incerteza. Diria mesmo que o associativismo é um laboratório permanente de aperfeiçoamento da democracia e dos valores que dele emergem. O associativismo é uma escola de aprendizagem pelo exercício do bem comum e respeito pelas ideias de uns dos outros na concretização de consensos em benefício das comunidades que serve. Há vários tipos de associativismo, todo ele feito por pessoas em favor de causas que devem estar espelhadas nos estatutos de cada associação. Apesar de considerar o associativismo um farol, tenho que reconhecer que enquanto uns sabem utilizar esse farol, que ilumina e ajuda a descobrir as realidades concretas vividas por todos aqueles e aquelas que enfrentam dificuldades, sobretudo no trabalho, alimentação e na habitação, condições básicas de dignidade humana. Mas quando o farol não é bem orientado, surgem oportunistas a desviar a luz que o mesmo emite para sinalizar novas formas de enriquecer à custa de uma população empobrecida. O verdadeiro associativismo cria e gere riqueza a favor do bem comum.

Participo e dou valor, desde muito jovem, em várias frentes associativas. Iniciei no associativismo juvenil e lá me formei, passei pelas associações de pais e continuo a dar o meu melhor no associativismo social, comunitário e solidário, quer no âmbito da sociedade civil, quer no âmbito das instituições canónicas. Perfilho um associativismo que parte das pessoas, que com elas faz caminho, serve aquelas que têm maiores dificuldades e dependências e com elas promove as suas capacidades, para que percebam que também podem ser atores da mudança; que seja capaz de produzir pensamento, corrigir assimetrias, dar-se a causas nobres e fazer pessoas felizes. Para que este tipo de associativismo possa ter sucesso é necessário que assente em valores que dignifiquem e promovam a pessoa humana. Os valores são os princípios morais e

éticos que regem a vida de cada pessoa. Eles fazem parte da formação da consciência, da forma de agir e de nos relacionarmos uns com os outros. São normas de conduta, de trabalho em equipa, que podem levar a tomar decisões para garantir a convivência pacífica, honesta e justa entre pessoas que abraçam o bem comum. Entre os diferentes valores que nos devem nortear destaco: o respeito, capaz de ter em consideração os sentimentos das outras pessoas; a honestidade como valor fundamental onde assentam os testemunhos de vida que podem influenciar novas formas de aperfeiçoamentos e procedimentos, entre eles a humildade, a empatia, a justiça, educação, solidariedade, ética e amor ao próximo.

Por fim o direito como garante que as leis são aplicadas, de igual modo, a todos sem exceção.

O associativismo pensado em toda a sua plenitude, oferece-nos uma imensidão de valores e caminhos, que nos conduzem com aguerrida dinâmica à “provocação” de novas mentes que ajudem a acrescentar valor às descobertas surgidas. Uma vez na posse

desses valores, há que providenciar espaços de acolhimento e materialização das descobertas aferidas. Muitas vezes

a congregação de vontades não é fácil e obriga a cedências mútuas para que o melhor seja encontrado e permita favorecer os objetivos previamente definidos. A capacidade de ouvir, a paciência dos “turbilhões” das discussões acaloradas, a ciência de encontrar palavras adequadas que contribuam para a união no meio da diversidade. Às vezes dizemos que palavras as leva o vento. Eu digo não é bem assim! Há pessoas que aparecem nas reuniões e permanecem caladas, mas continuam, não desistem, até que um dia falam. Nesses momentos, para espanto de todos, surgem ideias novas que agarramos com as duas mãos e não as deixamos fugir. Muitas vezes os grandes projetos começam com as pessoas caladas.

José Maria Carneiro da Costa



Caminhemos juntos na esperança



Neste tempo de Quaresma transcrevemos alguns excertos da Mensagem do Papa Francisco, que tem por título “Caminhemos juntos na Esperança”. O Santo Padre diz-nos que nesta Quaresma, enriquecida pela graça do Ano Jubilar, gostaria de oferecer algumas reflexões sobre o que significa *caminhar juntos na esperança* e evidenciar os apelos à conversão que a misericórdia de Deus dirige a todos nós, enquanto indivíduos e comunidades.

À procura de uma vida melhor

Em primeiro lugar, devemos “pensar em tantos irmãos e irmãs que, hoje, fogem de situações de miséria e violência e vão à procura de uma vida melhor para si e para seus entes queridos. Aqui, surge um primeiro apelo à conversão, porque todos nós somos peregrinos na vida, mas cada um pode perguntar-se: como me deixo interpelar por esta condição? Estou realmente a caminho ou estou paralisado, estático, com medo e sem esperança, acomodado na minha zona de conforto? Busco caminhos de libertação das situações de pecado e falta de dignidade? Seria um bom exercício quaresmal confrontar-nos com a realidade concreta de algum migrante ou peregrino e deixar que ela nos interpele, a fim de descobrir o que Deus pede de nós para sermos melhores viajantes rumo à casa do Pai. Esse é um bom “exame” para o viandante.

Tecelões de unidade

Em segundo lugar, o Papa recorda-nos: “os cristãos são chamados a percorrer o caminho em conjunto, jamais como viajantes solitários. O Espírito Santo impele-nos a sair de nós mesmos para ir ao encontro de Deus e dos nossos irmãos, e nunca a fechar-nos em nós mesmos. Caminhar juntos significa ser tecelões de unidade, partindo da nossa dignidade comum de filhos de Deus (cf. *Gl* 3, 26-28); significa caminhar lado a lado, sem pisar ou subjugar o outro, sem alimentar invejas ou hipocrisias, sem deixar que ninguém fique para trás ou se sinta excluído. Sigamos na mesma direção, rumo

a uma única meta, ouvindo-nos uns aos outros com amor e paciência. Nesta Quaresma, Deus pede-nos que verifiquemos se nas nossas vidas e famílias, nos locais onde trabalhamos, nas comunidades paroquiais ou religiosas, somos capazes de caminhar com os outros, de ouvir, de vencer a tentação de nos entrencharmos na nossa autorreferencialidade e de olharmos apenas para as nossas próprias necessidades”.

A Esperança não engana

Em terceiro lugar, façamos este caminho juntos *na esperança* de uma promessa. *A esperança que não engana* (cf. *Rm* 5, 5), mensagem central do Jubileu, seja para nós o horizonte do caminho quaresmal rumo à vitória pascal. Como o Papa Bento XVI nos ensinou na Encíclica *Spe salvi*, «o ser humano necessita do amor incondicionado. Precisa daquela certeza que o faz exclamar: “Nem a morte, nem a vida, nem os anjos, nem os principados, nem o presente, nem o futuro, nem as potestades, nem a altura, nem a profundidade, nem qualquer outra criatura poderá separar-nos do amor de Deus, que está em Cristo Jesus, nosso Senhor” (...) “Devemos perguntar-nos: estou convicto de que Deus me perdoa os pecados? Ou comporto-me como se me pudesse salvar sozinho? Aspiro à salvação e peço a ajuda de Deus para a receber? Vivo concretamente a esperança que me ajuda a ler os acontecimentos da história e me impele a um compromisso com a justiça, a fraternidade, o cuidado da casa comum, garantindo que ninguém seja deixado para trás? (...) A esperança é “a âncora da alma”, inabalável e segura. Nela, a Igreja reza para que «todos os homens sejam salvos» (*1Tm* 2, 4) e ela própria anseia estar na glória do céu, unida a Cristo, seu esposo. Santa Teresa de Jesus expressou isso da seguinte forma: «Espera, espera, que não sabes quando virá o dia nem a hora. Vela com cuidado, que tudo passa com brevidade, embora o teu desejo faça o certo duvidoso e longo o tempo breve». Que a Virgem Maria, Mãe da Esperança, interceda por nós e nos acompanhe no caminho quaresmal”.

Carnaval – uma semana bem louca!

Antigamente o chamado entrudo, hoje Carnaval era marcado por brincadeiras populares, como atirar baldes de água, ovos e laranjas entre os participantes. Aos poucos, os cortejos e bailes foram se tornando parte da festa e hoje este dia é comemorado por todo o país.

Na semana que antecedeu os festejos de Carnaval, as crianças da AML simbolizaram todos os dias da semana com um adereço diferente.

Na segunda-feira foram desafiados a virem para a escola com um penteado louco, terça-feira cada um trouxe uma meia diferente, quarta-feira uma peça de roupa deveria estar ao contrário, quinta-feira foi o dia dos óculos loucos e

finalmente na sexta-feira, dia 28 de fevereiro, cada criança foi convidada a sonhar e mascarar-se do que mais queria. As ruas da cidade de Vila Nova de Famalicão encheram-se de cor e alegria.

Entre música, dança, gargalhadas e confettis, o Pré-escolar e o CATL da Associação de Moradores das Lameiras desfilaram e brilharam.

Uma semana que ficou marcada nas memórias de todos e aqui registada para memória futura.

Gabriela Azevedo



Novo quadriénio quer abraçar emoções



As linhas de orientação dos novos corpos gerentes para 2025/2028 apontam para abraçar emoções. Desde a fundação da AML em 1984, os diferentes projetos, desenvolvidos por diferentes equipas, têm sido o motor de crescimento, intervenção social, educativa, cultural e desportiva. Ao longo dos últimos 40 anos foram muitas as palavras-chave, que serviram para projetar o futuro e fomentar novos desafios e consequentes parcerias. Para este novo desafio iremos harmonizar todos os momentos de crescimento da Associação de Moradores das Lameiras para a condição de equilíbrio e reciprocidade entre as partes. Este será um mandato pautado pela proximidade com os pais e com a comunidade, não sendo apenas um projeto de uma área apenas, mas transversal a toda a instituição. A palavra-chave escolhida para este novo mandato será as EMOÇÕES: com o DESCOBRIR, com o ESCUTAR, com o FALAR e por último VIVER, de acordo com o projeto socioeducativo da instituição e que os programas de ação dos anos seguintes lhe darão consistência:

2025 – Descobrir emoções: Explorar e compreender as diferentes emoções, será a introdução às emoções.

2026 – Escutar emoções: Compreender a origem e o impacto das emoções.

2027 – Falar de emoções: Promover a empatia e desenvolvimento de habilidades da comunicação emocional.

2028 – Viver emoções: Fomentar uma cultura de respeito e compreensão emocional, integrando habilidades socioemocionais na vida quotidiano.

Caras, cargos e nomes:

Mesa da Assembleia-geral



Presidente:
José Maria Carneiro da Costa



1.º Secretário:
José Carlos Monteiro Cardoso



2.º Secretária:
Judite Ferreira Borges

Direção:



Presidente:
Jorge Manuel Ribeiro Faria



Vice-Presidente:
Carla Sofia Santana A. Ribeiro Faria



Secretário:
Manuel Luís de Oliveira



Tesoureiro:
José Alberto de Sá Ferreira



Vogal:
Maria Élia da Silva Marques Ribeiro



Vogal:
Maria das Dores Carneiro de Sá Dias



Vogal:
Maria do Sameiro Macedo Amorim

Conselho Fiscal



Presidente:
Angelina Macedo Pinto Rodrigues



1.º Vogal:
Carlos Alberto Mendes Oliveira



2.º Vogal:
Agostinho Carvalho Machado

Jorge Faria tomou posse para requalificação do Edifício Comunitário

Os novos Corpos Gerentes da Associação de Moradores das Lameiras, para o quadriénio de 2025-2028. A cerimónia de Tomada de Posse contou com a presença do Presidente da Câmara, Mário Passos, e das suas parceiras, fornecedores, mecenas, c



A cerimónia iniciou com um pequeno momento cultural em que atuaram os meninos do Pré-escolar com a Cantata dos Reis. De seguida foi lido o Auto de Posse e posteriormente foi feita a respetiva assinatura dos empossados. No final das assinaturas, todos os corpos gerentes foram convidados a marcar o momento com uma fotografia de grupo, conjuntamente com Presidente da Câmara e o Presidente da Junta de Antas e Abade de Vermoim.

Pilar de solidariedade e apoio para muitos

Jorge Faria e toda a sua equipa foi reconduzida por mais quatro anos à frente dos destinos da AML. Ao usar da palavra congratulou-se com o momento e afirmou: “hoje celebramos, não apenas a continuidade do nosso trabalho, mas também um marco importante na minha trajetória, após mais de 20 anos como presidente dedicado a esta instituição”. Lembrou o percurso e empenho sem esquecer “as noites mal dormidas, sobretudo quando se aproximava a data de reformar as letras do pagamento do empréstimo da construção do Centro Social”. Jorge Faria recordou a história e agradeceu a todos, que nessa altura, estiveram prontos para dar a cara pela a instituição com a assinatura de livranças. O presidente da direção, prosseguiu o seu discurso lembrando o caminho que juntos fizeram para que esta instituição fosse “um pilar de apoio e solidariedade

para muitos. Juntos realizámos projetos que impactaram positivamente a vida de inúmeras famílias, promovendo a inclusão, a equidade, a educação, a cultura, o desporto e o bem-estar social. No ano de 2023 construímos salas sensoriais para dar apoio a crianças e em 2024 construímos um ringue coberto para a prática de desporto para as nossas crianças. Era uma lacuna que nós tínhamos”.

Outras associações de moradores agarraram o exemplo da AML

Jorge Faria, lembrou que no decurso dos anos “foram várias as associações de moradores nos visitaram para beberem da nossa experiência”. Adiantou, ainda, que “em continuidade com o mandato anterior, assinamos uma parceria com o Município de Famalicão, para preparar uma candidatura ao PRR, que nos permitirá uma intervenção de fundo no edifício das Lameiras, que irá promover o bem-estar de todos os seus habitantes, requalificando os campos de jogos, o parque infantil, o palco e as zonas verdes. Também os espaços comuns terão uma intervenção, onde se inclui as fachadas do edifício, interna e externamente, bem como portas e janelas, a mudança total das telhas e ainda os acrílicos dos últimos andares”. Ao terminar, agradeceu a todos pela confiança depositada em si e na sua equipa e em particular ao presidente da Câmara, Mário Passos, pela presença e parceria com a AML.

Continuaremos a trabalhar lado a lado

Para o presidente do Município de Famalicão, Mário Passos a AML é um exemplo do associativismo vivo e ativo na



... mais quatro anos e anunciou o Edifício das Lameiras

Em 2025 a 2028, tomaram posse no passado dia 10 de janeiro, nas instalações do Centro Social e Recreativo de Antas e Abade Vermoim, Presidente da Junta de Freguesia de Antas e Abade Vermoim, entre outras entidades parceiras, colaboradores, utentes e associados.



... comunidade das Lameiras, no concelho e a nível nacional, tendo sido caso de estudo em várias universidades. Disse que o projeto de intervenção no Edifício das Lameiras segue os tramites normais, para que se possa concretizar a intervenção de fundo anunciada pelo presidente Jorge Faria. Por fim, garantiu que “continuaremos a trabalhar lado a lado, de mãos dadas e em sintonia” para que as Lameiras continuem a manter o sucesso e a qualidade do trabalho desenvolvido.

O presidente da Assembleia Geral, José Maria Carneiro Costa, encerrou a série de discursos, congratulando-se com o “belíssimo projeto educativo – Abraçar emoções – que nos serve de farol e ilumina a nossa missão neste tempo de incerteza, guerra, pobreza, num mundo que parece estar a ser conduzido para o abismo, neste tempo de novos ditadores de alterações climáticas e de tecnologias, mal aproveitadas, que servem para fomentar ódios, mentiras, vinganças e propagar pensamentos únicos e a divisão entre povos” (...). Como sócio fundador e dinamizador do primeiro grupo de trabalho, confesso que nunca pensei chegar a

esta idade como membro de um cargo que tenta congrega vontades, diversidades e aproximar pessoas”. Terminou a série de intervenções com um hino ao associativismo e ao voluntariado, que fazem mudar situações e construir grandes obras sociais. A cerimónia de investidura terminou com uma nova atuação especial da sala dos 3 anos.

No final Jorge Faria, convidou todos presentes a acompanhá-lo num “Verde de Honra” que fechou com “chave de honra, mais esta etapa na história da Associação de moradores das Lameiras.

Liliana Araújo



Novo Skate Parque de Famalicão, localizado no Parque de Sinçães.



Skaters ganham novo ponto de encontro em Famalicão

Pelo novo Skate Parque de Famalicão já se veem as manobras com os patins, como BMX e os patins.

O equipamento desportivo, localizado no Parque de Sinçães, foi inaugurado no passado sábado, dia 15 de março, com casa cheia e muito entusiasmo por parte dos praticantes da modalidade presentes no recinto.

Com um total de mil metros quadrados, o novo Skate Parque de Famalicão apresenta duas plataformas e um conjunto de 11 obstáculos (rampas, escadas, corrimãos e meios-fios), foi idealizado para a prática competitiva, seguindo uma referência da Liga Pro Skate e dos seus



parques de competição, mas também está preparado para os iniciantes da modalidade.

A empreitada, muito elogiada pelos jovens skaters que ali se encontravam presentes, implicou um investimento municipal de 337 mil euros.

Para o Presidente da Câmara Municipal, Mário Passos, “este é mais um investimento que vemos concluído e mais uma infraestrutura promotora da realidade desportiva que defendemos para Vila Nova de Famalicão, onde queremos que o desporto seja eficaz para todos”.

A autarca famalicense não tem dúvidas de que o novo Skate Parque “vai trazer mais praticantes para a modalidade” e recordou todo o investimento que tem sido realizado pela autarquia no Parque de Sinçães, apontando como exemplos a recente requalificação do parque infantil, que em breve terá ao lado um novo ginásio ao ar livre, e ainda a obra de crescimento do parque para Norte, com uma nova área de 22 mil metros.

Jorge Barbosa
(CMVNF)

Associação de Moradores das Lameiras

IRS SOLIDÁRIO

O X QUE FAZ A DIFERENÇA

CONSIGNAÇÃO DE 1% DO IRS

MODELO 3 CAMPO 11

INSTITUIÇÕES PARTICULARES DE SOLIDARIDADE SOCIAL

1101	501455752	IRS	IVA
		X	

“A minha esposa era a minha prima do coração”

Memórias de Jorge Simões dos Santos (82 anos)

Jorge Simões dos Santos, nasceu na freguesia de Brufe, concelho de Vila Nova de Famalicão. Pertence a uma família de cinco irmãos, mas atualmente são apenas dois porque os outros já faleceram. Casado com a D. Maria Alzira Simões Fernandes (residente na ERPI do Centro Social das Lameiras), com quem teve dois filhos. Em 1972 nasceu o primeiro filho, José António (que neste momento reside na Alemanha) e, em 1974, nasceu o segundo, Mário Jorge, que mora em Vila Nova de Gaia.



A minha prima do coração

Refere com uma expressão risonha que a sua esposa é sua “prima direita” e acrescenta: “Era a minha prima do coração”. Em criança viveram juntos, uma vez que morou em casa dos pais dela, na “Rua Direita”. Casou com D. Alzira no dia de S. Tiago em 1969, após 17 meses no Sanatório do Caramulo devido a ter contraído Tuberculose. Conta que quando se curou pensou: “vou ajudar a minha prima, que mora sozinha” e casaram-se. Os seus sogros/tios não queriam que aquele casamento se realizasse por serem primos e receio que se tivessem filhos, estes pudessem nascer com problemas de saúde. Fruto dos contactos que tinha com médicos e enfermeiros enquanto esteve no sanatório, procurou um médico com o objetivo de o ajudar de saber quais os grupos sanguíneos dele e da prima/futura esposa, para decidirem se casariam ou não. Desfeita a incerteza e confirmado que os seus grupos sanguíneos eram diferentes, não hesitaram e decidiram casar. Tiveram dois filhos, “que nasceram muito saudáveis”. Faz questão de acrescentar que teve e tem um casamento feliz com a D. Alzira até aos dias de hoje.

Afinador de relógios na Reguladora

Começou a trabalhar na Reguladora em 1966, como afinador de relógios e esteve lá 33 anos e meio. Refere com orgulho que só esteve com baixa médica duas vezes, uma porque teve Zona e outra porque foi submetido a uma cirurgia, contudo, foi por um curto período de tempo. Era sapateiro em casa, antes de ir pra Reguladora e depois continuou com esse “extra” ao sábado e domingo. Adaptava

se a qualquer trabalho, mas gostou muito de trabalhar na Reguladora a afinar a música dos relógios, acrescentando “...passaram-me milhares de relógios de música pelas minhas mãos...”.

Fiz greve e a seguir deram-se um relógio

A Reguladora oferecia relógios aos seus colaboradores e no ano que tinha direito a receber o seu, tal não aconteceu. Chateado fez notar o seu descontentamento e assim, no ano de 1973, decidiu fazer greve. Após aquela atitude, não só lhe deram o relógio como depois o convidaram para chefiar a Comissão Sindical dos Trabalhadores Metalúrgicos, cargo que ocupou até se reformar. Refere ainda, com orgulho, que foi responsável pela Secção do sindicato de Metalúrgicos do concelho de Vila Nova de Famalicão e Presidente da Assembleia Geral do Sindicato dos metalúrgicos do distrito de Braga.

Jorge Simões relata ainda que tem muito orgulho no seu percurso profissional e pessoal visto que tudo fez para que os seus filhos fossem felizes. Neste momento os dois filhos estão muito bem na vida, sendo bem-sucedidos a nível profissional. Vive no Centro Social das Lameiras desde novembro de 2024, onde já estava a sua esposa. Desde o primeiro dia que teve uma excelente adaptação e mantém a sua vida ativa, realizando as suas encantadoras obras de arte em madeira. Realçamos que o senhor Jorge Simões é uma pessoa feliz.

Filipa Cruz

José Maria Costa reeleito representante das IPSS no NE-CLAS



No passado dia 11 de fevereiro de 2025, José Maria Carneiro da Costa, presidente da Assembleia Geral da AML, reassumiu o seu mandato de representante das IPSS e instituições sem fins lucrativos, por mais dois anos, no núcleo executivo do CLAS – Conselho Local de Ação Social da Rede Social do Concelho de Vila Nova de Famalicão, depois de ter sido reeleito no plenário deste Órgão realizado no passado dia 11 dezembro de 2024, no salão nobre da Junta de Freguesia de Arnoso, Santa Maria. Nesta primeira reunião de 2025 do NE, foram apresentadas a nova representante da CPCJ Paula Moura e da ULS pelas enfermeiras Josefina Morais e Maria da Graça Melo em representação da UCC Terras de Camilo e da UCC Dona Maria II, que substituíram as enfermeiras Ana Maria Dias e Margarida Fernandes, que terminaram o seu mandato.

Cantar as Janeiras



As Janeiras (cantar as Janeiras) é uma tradição em Portugal que consiste no cantar de músicas pelas ruas por grupos de pessoas anunciando o nascimento de Jesus, desejando um feliz ano novo. Na AML, os utentes do setor sénior e setor Infantojuvenil, fizeram questão de as cantar ao Presidente da AML, Jorge Faria, que como sempre se deliciou a ouvi-los.

“Pensar 2025”



No passado dia 28 de janeiro o presidente da direção da AML- Associação de Moradores das Lameiras, Jorge Faria, esteve presente no debate “Pensar 2025” que se realizou na Casa das Artes. Este evento contou com os representantes de algumas entidades mais importantes do setor social do concelho de Vila Nova de Famalicão e da ex-secretária de estado da inclusão, Ana Sofia Antunes, que debateram sobre as lacunas que este setor se depara atualmente. Jorge

Faria, reafirmou que “estes tipos de iniciativas são muito importantes para que juntos consigamos dinamizar soluções para que este setor melhore, quer a nível de serviços quer a nível de capacidade de resposta, deveriam continuar a existir mais encontros neste sentido”. O Presidente da AML, agradece o convite e felicita a organização.

Um miminho que faz a diferença



No passado dia 7 de março, Mariana Costa, representante da Agência Imobiliária Realty One Group Sucesso de Vila Nova de Famalicão, foi recebida nas instalações da AML pelo Presidente da Direção Jorge Faria e Fernanda Portela, Técnica Superior de Serviço Social, para entregar uns kits de autocuidado e beleza oferecidos às mulheres que se encontram acolhidas em Casa Abrigo. Este gesto quis mimar e valorizar estas mulheres por terem vivenciado situações de violência doméstica. Um grande obrigado pelo carinho demonstrado.

Jorge Faria representou IPSS no Conselho da Comunidade de Famalicão



Jorge Faria, presidente da direção da AML, representou as IPSS do concelho no Conselho Municipal da Comunidade para as questões da saúde, que reuniu no passado dia 13 de março na sala dos Serviços Educativos do Parque da Devesa, sob a presidência da Vereadora do Pelouro de Saúde Pública da Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, Dr.ª Sofia Fernandes. Este encontro teve como objetivos o esclarecimento de vários pontos de situação referentes às mudanças nos cuidados de saúde no Município de Famalicão.

Séniore praticam yoga



A yoga é uma atividade física e meditativa que pode ser praticada por idosos, ajudando a melhorar a saúde física e

mental. Entre outras coisas auxilia na diminuição do stress e da pressão arterial. Neste sentido, quinzenalmente os idosos de Centro de Dia e ERPI, recebem a visita da Dra. Diana Terroso, que lhes proporciona verdadeiros momentos de Relaxamento. Obrigada Dra. Diana.

School House visita AML



No passado dia 21 de março, um grupo de formandos do curso de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade da School House, no âmbito de uma unidade de formação de Animação visitou e animou os nossos idosos de Centro de Dia e ERPI. Foi uma manhã muito agradável onde os idosos realizaram atividades de estimulação cognitiva e partilharam muito da sua sabedoria.

O Homem que só pensava em números



No passado dia 27 de fevereiro o CATL assistiu à peça de teatro “O Homem que só pensava em números”, uma performance de dança e matemática, centrada na história de um homem que dedica toda a sua existência aos números e suas conexões. Nesse mundo de fantasia, o homem descobre sentidos para cada pensamento e movimentos para cada descoberta. Durante a peça os meninos e meninas tiveram a oportunidade de participar nela conseguindo assim entender melhor a mensagem pretendida.

Semana dos afetos



Para assinalar o dia da amizade, as crianças da resposta social da infância simbolizaram todos os dias da semana com uma atividade diferente, entre elas, o dia do beijo, o dia do abraço, o dia do sorriso e o dia dos elogios. Estas atividades visaram promover entre as crianças a importância de alguns gestos simples que podem fazer a diferença no dia de alguém. Para fechar esta semana, no dia 14 de fevereiro crianças e idosos juntaram-se para partilhar um lanche Intergeracional, que deu lugar a muita diversão, carinhos e histórias.

Atividades Sensoriais



As salas sensoriais são importantes porque promovem a inclusão, o bem-estar e o desenvolvimento das pessoas. Equipadas com uma variedade de estímulos visuais, táteis, proprioceptivos e vestibulares, as salas sensoriais da AML oferecem uma experiência imersiva que acalma os sentidos e melhora a organização cerebral. No final de cada visita realizada os resultados são notórios à vista de cada um.

Dia de S. José



O Dia de São José é celebrado no dia 19 de março, na tradição católica. É uma das datas mais celebradas pelos católicos de todo o mundo. Em Portugal, o Dia de São José também é lembrado como o Dia do Pai e é uma oportunidade para os pais se aprofundarem no exemplo de vida do pai adotivo de Jesus. Assinalámos o dia, junto dos nossos idosos, com uma pequena lembrança oferecida a todos os homens.

Uma flor para mulheres especiais



Para assinalar o dia Internacional da Mulher, a direção da Associação de Moradores das Lameiras homenageou todas as suas funcionárias e corpos gerentes com uma flor. Este gesto simbolizou o agradecimento pelo trabalho diário de todas as mulheres que fazem parte da equipa e que todos os dias dão o melhor de si em prol desta instituição.

Carnaval Sénior

Na tarde do dia mais longo de Famalicão, o Carnaval, os utentes de ERPI e Centro de Dia da AML, participaram em mais um desfile de carnaval sénior no Pavilhão Municipal, organizado pelo Município de Vila Nova de Famalicão. Convívio, gargalhas e muita animação marcaram a tarde do dia 3 de março onde cada um mostrou o que vale e encarnou verdadeiramente a sua máscara.



Naquele dia levantei-me cedo

Já tinha passado o encanto do sono e sonho
Parecia tudo ter ficado na água do chuveiro
Não era dia de nevoeiro parecia medonho
As notícias diziam que o homem era porreiro

Parecia espanto mas não passava de pranto
Coitado do porra não era justo nem verdadeiro
Estava com frio cobria-se com um velho manto
Era pranto desconchavado a olhar do pardieiro

Com tudo isto a matizar saí para a rua a molhar
Era dia de chuva e tentei passar entre pingos
Uns eram grossos outros finos que vinham do ar
Depois do quiosque a padaria jornal e pão gingos

As notícias estavam estampadas no papel de jornal
Seco como palha em dia molhado no fio da navalha
Abriguei-as debaixo do casaco comprido sem mal
Ao chegar de casaco molhado parecia achar manha

Despi o casaco e abri a porta comunitária de todos
Subia escadas até ao andar suposto esquerdo centro
Parei por um momento à procura da chave de modos
Encontrei-a no bolso pequenino das calças remendo

Três voltas para a direita e maçaneta para a esquerda
A porta abriu com destreza e mostrou a cozinha leve
Pequeno almoço preparei nada julguei apenas a perna
Entrelacei numa simetria que vibra ali quando adoece

A cara metade apareceu sorrateira lembrei o cireneu
Ela cantava a gaivota que voava, voava asas ao vento
Lá fora uma andorinha esvoaçava bateu asas e gemeu
Não sou eu, não sou eu gritei eras ave fina com talento

E logo veio novo pensamento sem constrangimento
Era novo instante de abrir a janela e deixar ar entrar
Brisa da minha vida enriquecida pelo belo momento
Chuva caída valetas carregadas com água até ao mar

Momentos de laudes rezar para depois jornal folhear
Tempo de louvar e pedir a alegria de viver o dia a vir
Partilha a dois tem outro encanto a saborear e amar
Valeu levantar cedo e exclamar vida não é só dormir

É pela manhã que começa o dia e se sente a harmonia
De escrever a caligrafia que é feita de tudo e nada
Que serve para preencher de riso e juízo com alegria
Que faz do dia encanto e do trabalho gente fascinada.

José Maria Carneiro da Costa