

Entidade Patrocinadora

HARTMANN



Ào serviço do bem comum

Lar da Nossa Senhora da Misericórdia
Centro de Noite Santa Joana Princesa
Apoio Domiciliário
Creche / CATL
Intervenção Precoce na Infância
Cantina Social
Apoio Social à Comunidade (SAAS)
Igreja da Misericórdia
Núcleo Museológico da Misericórdia
Atividades Culturais



SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA

PENALVA DO CASTELO

Ào serviço do bem comum



SANTA CASA DA
MISERICÓRDIA
PENALVA DO CASTELO

400 anos
Ào serviço do bem comum
www.scmipc.pt

*Ser
Idoso*

*Sorriso
sem Idade*

Sorriso sem Idade

Ser Idoso

A sociedade tem, nos últimos anos, assistido a um crescimento significativo da população idosa, o que se repercute nas instituições com respostas sociais para idosos.

A Santa Casa da Misericórdia de Penalva do Castelo entende que o envelhecimento é um processo inevitável, pertencente à própria vida, sendo equivalente à fase final de todo um percurso constituído pelo desenvolvimento e diferenciação. Assim, os nossos idosos aceitam e vivem o seu dia a dia com dinamismo e emoção, independentemente da sua idade e das suas limitações. Este trabalho foi realizado com o objetivo de dar a conhecer os seus sentimentos e o modo como encaram a sua institucionalização, tal como a sua velhice, que enreda, como eles lhe chamam, com uma solidão indesejada, que na sua maioria contrasta com um percurso de vida produtivo, ativo e com bastantes histórias para contar, impondo-se aqui um novo desafio às pessoas idosas. As histórias que recolhemos são múltiplas, de diferentes formas e contextos de vida, havendo quase sempre uma referência à solidão, frequentemente acompanhada com alguns sentimentos de inutilidade, com perda de valor, tanto para as pessoas como para a sociedade.

Há uma particular incidência, nos idosos que se encontram em lar, que geralmente descrevem o processo de envelhecimento como uma solidão ligada à falta de autonomia e de atividade, daí a importância da recolha de frases que caracterizam os idosos da Santa Casa da Misericórdia de Penalva do Castelo, juntamente com fotografias que tão bem os identifica.

Salienta-se ainda a forma prazerosa como todo este trabalho foi feito, tendo os idosos demonstrado muito gosto e agrado por se poderem dar a conhecer.

Bem-Haja a todos!

Fotos do Lar:
Fotógrafo Vítor Hugo

Idosos:
Utentes da Santa Casa da Misericórdia de Penalva do Castelo
Fotos recolhidas por Carla Gonçalves, no mês de agosto de 2016

Imagem Capa:
Shutterstock

Rua do Lar 3550-144 Penalva do Castelo
Viseu - PORTUGAL
Tel: (+351) 232 642 533 / 232 646 273
Fax: (+351) 232 642 753
geral@scmpc.pt | www.scmpc.pt

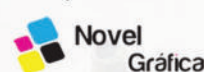


Design Gráfico:



www.sereparecer.com

Produção Gráfica:





*Maria
Santos*

casada com

*António
Gomes*

Para nós, sermos idosos é sentirmo-nos felizes por estarmos vivos, é estarmos nesta casa há quase 9 anos, sentirmo-nos protegidos, termos companhia, fazerem-nos sentir bem, é, como estarmos em casa.

Maria Santos - 83 anos

António Gomes - 81 anos

Utentes do Centro de Noite Santa Joana Princesa





*Manuel
Gomes Araújo*

irmão gêmeo de

*Angelino
Gomes Araújo*

Ser um idoso feliz! Não sabemos muito bem, tivemos um percurso de vida difícil, não casámos e vivemos sempre em prol da família. Agora estamos sozinhos, sentimos que após uma vida de trabalho, não temos ninguém ao nosso lado.

*Manuel e Angelino Gomes Araújo - 75 anos
Utentes do Serviço de Apoio Domiciliário*



Aurora Silva

*Sinto-me bem por estar aqui,
apenas tenho muita nostalgia
por tudo o que passou e não volta.*

85 anos - Utente do Lar da SCMPC



João Fonseca

*Ser idoso é ter vontade de viver
e conviver, é ter calos de uma
vida de muito trabalho e muitas
saudades da mocidade.
Ser idoso é ser Feliz por ter tido
a sorte de aqui chegar.*

88 anos - Utente do Lar da SCMPC





Deolinda Eusébio

Todas as pessoas querem viver muito tempo, mas ninguém quer chegar a velho.

82 anos - Utente do Lar da SCMPC

Adelino Araújo

Sinto-me feliz por ser idoso. O pior é lidar com a perda das pessoas que estão à nossa volta E isso é difícil!

76 anos - Utente do Centro de Dia da SCMPC



Tracema Abreu

Ser idosa sem saúde, faz-nos viver a vida e ser feliz de outra maneira. Já vivi muitos anos e é uma alegria chegar aqui e conhecer o que conheci.

No entanto, sou feliz por aqui chegar e sentir-me bem.

87 anos - Utente do Lar da SCMPC



Manuel Antunes

Ser idoso é não querer muita coisa, apenas ir vivendo um dia de cada vez.

72 anos - Utente do Lar da SCMPC



Glória Costa Martins

mais conhecida por D. Glorinha

A D. Glória completou 100 anos de idade no dia 27 de abril, comemorando esta data na Instituição, junto dos seus familiares, amigos e utentes. A centenária esteve no Lar desde outubro de 2007.

Faleceu em setembro de 2016.





Violeta Cardoso

Chegar a esta idade e sentir-me como me sinto, feliz e de bem com a vida, é um privilégio.

81 anos - Utente do Serviço de Apoio Domiciliário



Serafim Albuquerque

Ser idoso é algo a que todos chegaremos. Sinto-me feliz por não ser desprezado por ninguém e ter uma boa vida.

A vida é feita de momentos bons e menos bons, de momentos felizes e momentos de sacrifício, mas é isso que faz o que sou hoje, um idoso feliz.

82 anos - Utente do Lar da SCMPC



Maria da Piedade

Tive uma vida recheada e agraciada com 6 filhos que me fazem muito feliz. Para mim isto é ser idosa, sentir-me bem e agradecer a Deus por cada dia que passa.

88 anos - Utente do Lar da SCMPC



Elvira Laires

Sinto-me bem, porque Deus tem-me dado muitas graças. Sou Feliz. A minha família é muito importante para mim e, sinto-me muito emocionada por poder partilhar e estar junto deles na minha velhice.

94 anos - Utente do Lar da SCMPC



Maria do Sameiro

Ando bem, gosto de ter esta idade e sinto-me feliz.

84 anos - Utente do Centro de Dia da SCMPC



Olímpia Cardoso

Tive uma vida de muito trabalho, muito sacrifício e muita fome, e agora tanta coisa!

Sinto-me muito bem por ter chegado a esta idade e ter alcançado esta etapa, que eu considerava inalcançável.

95 anos - Utente do Lar da SCMPC





Mário de Albuquerque

Se não houvesse lembranças, não se sentia a velhice. Ser idoso é não se fazer o que se conseguia fazer até então, é tentar ser o que já se foi.

79 anos - Utente do Lar da SCMPC

Zulmira Lopes

Ser idosa é ter uma vida que nunca tive, é descansar após uma vida de muito trabalho. Ser idosa é estar bem e conformar-me que a vida tem que ser assim.

82 anos - Utente do Lar da SCMPC





Maria José Dires

Ser idoso é aceitar a velhice, viver com o gradual declínio, mas, no entanto, viver os melhores momentos e alcançar o melhor que a vida tem.

91 anos - Utente do Lar da SCMPC



Irene Ferreira

Fui muito feliz com a minha vida e particularmente quando estava em casa. Aqui tudo é diferente, mas ainda bem que há alguém que cuida de nós, nesta fase quando mais precisamos.

96 anos - Utente do Lar da SCMPC

Emília Duarte

Idosa é a pessoa através da qual se procura o verdadeiro sorriso, mas não se vê a verdadeira felicidade.

91 anos - Utente do Serviço de Apoio Domiciliário



Maria do Carmo Oliveira

“Um sorriso vale mais do que mil palavras”.

82 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Ascensão Martins

*Dou Graças a Deus pela minha vida
e por tudo o que vivi, por ter por perto
a minha família que me acompanha
e não me deixa sentir desprezada.*

89 anos - Utente do Lar da SCMPC



Maria do Carmo Costa

*Ser idosa é sentir o carinho, o amor,
o respeito e o cuidado de todos.*

77 anos - Utente do Lar da SCMPC





Lúcia Pinto

*Ser idosa é não querer muito,
apenas viver e ser feliz.*

77 anos - Utente do Lar da SCMPC

Maria de Jesus Graça

*A vida é feita de momentos bons
e maus, mas, infelizmente, os maus
deixam marcas e cicatrizes que não
se conseguem apagar.*

82 anos - Utente do Lar da SCMPC



Odete Peirão

*Sinto-me bem por aqui ter chegado.
Sou feliz com a minha vida,
particularmente com a minha família.
Sinto que toda a gente gosta de mim.*

93 anos - Utente do Lar da SCMPC



Amabelina do Carmo

*Ser idoso é saber que ainda há
tempo, e que o amanhã existe.*

82 anos - Utente do Lar da SCMPC





Adelaide Almeida

Graças a Deus cheguei a esta idade, passei uma vida feliz, criei 4 filhos e sinto-me muito bem e orgulhosa com isso.

Sinto-me adorada por todos.

84 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Adelino de Almeida

Chegar a esta idade é bom, mas seria melhor se ainda tivesse as pessoas que me são mais próximas, como a minha esposa.

A sua ausência e a solidão são o mais difícil de lidar.

80 anos - Utente do Lar da SCMPC



Natividade Azevedo

casada com

António Vaz Lopes

*Gostávamos de ser mais novos,
embora fosse uma vida de muito
trabalho dia e noite, no entanto,
era bom voltar para trás.*

*Já fomos muito felizes, agora é
um dia de cada vez e aceitar a
mudança.*

Natividade Azevedo - 82 anos

António Vaz Lopes - 85 anos

Utentes do Lar da SCMPC



Alberto Albuquerque

*Chegar a esta idade é ter presente
que o tempo passa, e que os dias
passam a anos.*

81 anos - Utente do Lar da SCMPC



Maria Otilia Pereira

*Como é bom ter vivido a vida
que tive, cheia de amor e carinho.
Mas mais importante, como é bom
ter alguém que trate de mim e me
cuide.*

77 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa





Eteivina Figueiredo

Nasci, fui criada e sempre vivi na minha casa, mas a vida dá voltas e tive que vir para aqui. No início foi difícil, agora sinto-me bem. Esta é a minha Casa.

68 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Francisco Trindade

O que é importante não muda com a idade, nem com o estado de espírito. Ser idoso é ter convicção e acreditar no amanhã.

77 anos - Utente do Lar da SCMPC



Adosinda Oliveira

*Ser idoso é aprender a ser feliz,
independentemente da idade e
dos problemas.*

80 anos - Utente do Lar da SCMPC

Francisco Joaquim

*No início não foi fácil para mim aceitar
esta mudança na minha vida, agora
gosto daqui e sinto-me bem por ter
esta idade.*

88 anos - Utente do Centro de Dia





Alexandre Mendes

Gosto de ter esta idade e gosto muito daqui estar. Durante o dia vou para casa fazer as minhas coisas e, à noite, estou acompanhado. É bom chegar a esta idade e ter esta vida.

87 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Alice Almeida

Sempre tive uma vida difícil, cheia de sacrifício e trabalho. Agora sinto-me bem num sítio onde sou bem tratada e posso ter uma vida descansada.

76 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa





Manuel Daiva

Ser idoso é sentir um estado de liberdade e, simultaneamente, preso ao que se foi e ao que se é.

84 anos - Utente do Lar da SCMPC



José Maria de Campos

Ser idoso é ter sempre um motivo para sorrir.

81 anos - Utente do Lar da SCMPC



Palmira Rebelo

*Ser idosa é estar num lugar especial
onde há sossego e cuidam de mim.
Ser idosa é sentirmo-nos acarinhadas
por todos, particularmente pela família
que nunca nos abandona.
Ser idosa, é apesar de tudo, sentir
saudades...*

84 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Maria de Curdes Albuquerque

*Neste momento sinto-me bem.
A única coisa que me faz falta é a
minha família e o medo de ficar
sozinha.*

80 anos - Utente do Lar da SCMPC



Augusto Correia

Ser idoso é uma coisa muito especial e natural, pois todos “caminham” para lá. Ser idoso dá muita saudade relativamente à vida passada. Dou graças a Deus, por chegar a esta idade e sentir-me tão bem com tudo que já vivi.

85 anos - Utente do Lar da SCMPC

Augusta Domingos

Há um ano atrás vim para esta casa, que passou a ser a minha, desde então a minha vida mudou. Estar aqui não é a mesma coisa que estar em casa, mas é uma dádiva ter esta idade e haver quem cuide e olhe por nós.

79 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa





Beatriz Aguiar

*Ser idoso é ter saúde para poder
ajudar os outros.*

*Ser idoso é ter saudades de
antigamente.*

74 anos - Utente do Lar da SCMPC

Frederico Loureiro

*Esta é a minha casa há 20 anos,
já conheço tudo e estou familiarizado
com toda a gente.*

*Nada me faz falta.
Sinto-me bem aqui.*

64 anos - Utente do Lar da SCMPC





Carminda Ferreira

*Trabalhei 40 anos numa casa e essas
pessoas eram a minha família.
Fui feliz! Agora, com 93 anos de idade
e a viver aqui, é uma fase diferente da
minha vida. É o que Deus quer.*

93 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Fernando Ferreira

*Depois de tudo o que vivi, é uma
benção estar aqui, apesar dos
momentos menos bons...
A vida continua.*

58 anos - Utente do Lar da SCMPC

Gaudêncio da Silva

Porque para ser feliz não é preciso muito, basta viver com simplicidade e um passo de cada vez.

64 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Prilhantina Tiago

Fui muito feliz, tive uma boa vida e um bom casamento, agora tudo mudou. Apesar disso, gosto de aqui estar e ajudar quem pode precisar.

83 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Cristina Gomes

Ser idosa é merecer respeito, receber amor e ter reconhecimento de tudo o que se fez ao longo da vida.

92 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Guilhermina Ferreira

Ser idosa é ver passar o tempo e saber que a vida não pára. É ter marcas e muitas saudades.

92 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa





Emília de Jesus

*Para mim não importa a idade.
O que vale é o que sentimos e como
nos sentimos.*

89 anos - Utente do Lar da SCMPC

Joaquim Lopes

*Ser idoso é sentir-me bem, e ter
saúde. Sou feliz por chegar aqui e
acompanhar toda a evolução,
crescimento familiar e tudo que
está à minha volta.*

84 anos - Utente do Centro de Dia da SCMPC



Maria de Curdes Silva

Ter esta idade e estar aqui não é fácil, mas encontrei um sítio que me dá paz e equilíbrio.

60 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa



Francisco Tavares

Para se chegar aqui, vive-se de muitas histórias que se perderam pelo caminho, vive-se de muitas mágoas e alegrias que preenchem o coração.

77 anos - Utente do Lar da SCMPC





Luís Pereira

*Porque cada dia é mais um,
porque vivê-lo é acreditar que é
possível.*

80 anos - Utente do Lar da SCMPC



Palmira Brás

*Ser idoso é terem passado muitos
anos por nós, é ter trabalhado muito
no campo e com animais,
transformando-se estes anos em
dias cada vez mais parados.
Sinto-me feliz e agradeço a quem
olha por nós, foi aqui que me
ensinaram a dançar, pois nunca o
tinha feito antes de vir para a
Instituição.*

90 anos - Utente do Centro de Dia da SCMPC



Manuel de Albuquerque

*A vida só faz sentido se for feito o bem.
Chegar a esta idade e poder ajudar os
outros é uma satisfação, que me faz
sentir melhor a cada dia que passa.*

82 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa

Maria José Torres Zezinha

*A idade está na vida que se viveu,
nos erros que se cometeu, nas etapas
que se alcançaram, nas oportunidades
que se perderam, mesmo que agora
tudo isso seja um espaço em branco.*

89 anos - Utente do Lar da SCMPC





Maria do Carmo Silva

Ter esta idade não é fácil, particularmente porque não me esqueço da minha vida e da minha casa. Mas é bom estar aqui e ter encontrado pessoas que são como a minha família.

86 anos - Utente do Centro de Noite Santa Joana Princesa

Manuel Martins

A verdadeira vivência e o verdadeiro amor, estão relacionados com a aceitação de tudo o que a pessoa é, o que foi, mas já não é, e o que será.

79 anos - Utente do Lar da SCMPC



Chegar à terceira idade

Chegar à terceira idade não é chegar ao fim da vida!
É sentir a felicidade, num baú de memórias e de vida.
Aceitar bem a velhice é conhecê-la com ternura
É uma parvoíce cavar cedo a sepultura.

Elvira Caires
Utente da SCMPC

Ter esta idade significa ter vivido muita coisa boa e má.

Maria da Conceição (Mimi)
70 anos - Utente do Lar da SCMPC

Ser idoso é ter saudades das pessoas que já partiram e da vida passada.

Ser idoso é ter 6 filhos, 20 netos e 21 bisnetos, e sentir-me bem por fazer parte desta família.

Ser idoso é sentir nostalgia por tudo o que já passou e já não volta.

João D'Almeida
72 anos - Utente do Centro de Dia da SCMPC

Respeitar os Idosos é uma dedicação com amor, amizade e com forte gratidão, ficando sempre pensando as saudades de outros tempos com grande amor e carinho e com grandes sentimentos.
Igual não pode haver, dão-nos a sua sabedoria no caminho da vida, sorrindo com alegria.
O ser idoso deve ser amado do coração pelos longos anos de vida deixam-nos grande paixão.

Augusto Correia
Utente da SCMPC

Ser Idoso

O Idoso...

... pode ser aquele **médico** que nos prescreve a melhor receita para uma vida saudável, com hábitos que incitam às boas práticas em família.

... pode ser aquele **artista** que retrata um passado, indicando a chave determinante para um futuro promissor.

... pode ser aquele **professor** que, com a sua experiência, nos ensina e transmite valores e princípios fundamentais para a construção de uma sociedade mais justa e feliz.

Mesa Administrativa
Michael de Pina Patista
Provedor da SCMPC

Viver é envelhecer, ser idoso é ter idade, mas nunca perder o brilho no olhar.

Maria José e Carla Gonçalves
Funcionárias da SCMPC