

# Notícias do S. Bartolomeu



ASSOCREL - ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL, CULTURAL E RECREATIVA DE LAMAS

## MENSAGEM DA DIRETORA TÉCNICA

### NESTA EDIÇÃO:

Carnaval 2017	2
Viagem Vila Nova de Foz Côa	2
Comemoração aniversários	3
As nossas receitas	3
A Quaresma	4
Primavera	4

*“Ninguém ama tanto a vida como o homem que está a envelhecer.” Sófocles*

A família assume, na atualidade um papel diferente do que era a algumas décadas atrás, quando o cuidado com as pessoas mais velhas era assegurado pelas mulheres. A evolução tem contrariado esta tendência e existe a necessidade de a própria comunidade agir, no sentido de assegurar as necessidades básicas de vida aos nossos idosos.

Neste âmbito de ação a Assocrel está presente na comunidade, através das respostas sociais do Serviço

de Apoio Domiciliário e o Centro de Dia, que promovem o bem-estar físico, emocional e social das pessoas que apoiamos.

A Direção Técnica, bem como as Ajudantes de Ação Direta, deparam-se todos os dias com várias realidades sociais, tentando sempre encontrar as respostas mais adequadas a cada situação. As parcerias existentes com outras entidades, públicas e privadas, têm dado continuidade ao nosso trabalho, promovendo um espírito de interajuda e de cooperação.

Os familiares dos nossos utentes continuam a depositar em nós a confiança no acompanhamento e cuidado dos seus entes queridos.

Assim sendo, e a todos os que de alguma maneira se cruzam com o trabalho diário da Assocrel, o meu mais sincero agradecimento!



Elisa Oliveira - Diretora Técnica

### NÃO PERCA:

- As imagens do Desfile de Carnaval;
- Os pormenores do passeio a Vila Nova de Foz Côa;
- A comemoração dos primeiros aniversários do ano.

## SESSÃO ORDINÁRIA ASSEMBLEIA GERAL

Teve lugar no dia 26 de março a 2ª Sessão de 2017, convocada pela Presidente da mesa - Sara Sul - que teve, na sua ordem de trabalhos, a análise do parecer do Conselho Fiscal sobre o Relatório e Contas de 2016 e a discussão e votação do

Relatório e Contas de 2016. Foram demonstrados os resultados por naturezas e valências, bem como exposta a respetiva análise. A avaliação dos dados revelou um balanço positivo, que foi aprovado por unanimidade.

Foi dirigido um agradecimento a todos os sócios, manifestando a recetividade a novas inscrições e salientado a importância do número de associados para o impulsionamento de novas valências para a instituição.



## CARNAVAL 2017

Este ano, em Lamas, o Carnaval teve especial brilho pois viram-se desfilar os disfarces de miúdos e graúdos durante a tarde soalheira do dia 24 de fevereiro.

Tendo em vista o intercâmbio de experiências, foi articulada, pelas duas entidades, esta atividade lúdica que envolveu no espírito do Carnaval toda a aldeia de Lamas.



Para cumprir os disfarces escolhidos para o desfile, os utentes desenvolveram vários trabalhos manuais, tais como pintura, recorte e colagem. Houve também oportunidade para exercitar a criatividade durante a decoração do espaço do refeitório para o lanche e a ornamentação da carrinha da instituição, que veiculou o desfile.

É de senso comum que o Carnaval é uma data cada vez menos celebrada entre

os mais velhos, por se sentirem demasiado cansados ou pouco capazes de se divertirem.

Assim associou-se a alegria das funcionárias à energia dos mais novos, fazendo deste desfile uma tarde de partidas, gargalhadas e muita diversão para participantes e espectadores.



Foram vários os populares que assistiram ao desfile e alguns os que se juntaram à festa.



**CONVÍVIO E VIAGEM  
AMENDOEIRAS EM FLOR**

**Vila Nova de Foz Côa  
12 de março 2017**

Saída da ASSOCREL pelas 8h00  
Pq. Almoço no parque 8L3 Estúfima -  
Penedono

Almoço partilhado no Parque de Merendas  
em Foz Côa pelas 12h30.

Vista sobre o Rio Douro  
Lanche na Aldeia de Castelo Melhor  
Chegada prevista a Lamas pelas 18h00

Inscrições até dia 05 de março, junto dos membros da  
Assocrel ou pelos contactos: 2323499295 / 967 40 48 25

**Valor da Inscrição:  
10 amêndoas**

Caso não se ocupem todos os lugares de um autocarro, as inscrições ficam sem efeito.



## PASSEIO VILA NOVA FOZ CÔA

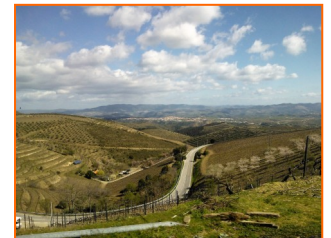
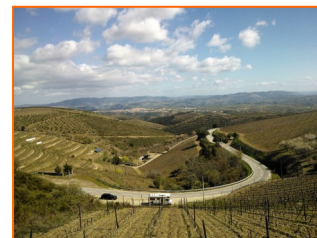
Teve lugar, no passado dia 12 de março de 2017 a viagem a Vila Nova de Foz Côa, promovida pela ASSOCREL.

Nesta iniciativa participaram Dirigentes da Assocrel, funcionárias, utentes e ainda alguns populares.

Esta atividade, veículo para o estímulo das relações e do convívio, foi apreciada pelos utentes e população em geral, tendo reunido, no total, cerca de 80 inscrites.

Os utentes da Instituição revelaram grande satisfação por terem participado e, em

grande parte, agradeceram a oferta que lhes foi proporcionada, não deixando de referir a sua presença em próximas atividades.





## COMEMORAÇÃO ANIVERSÁRIOS JANEIRO - MARÇO

No passado dia 31 de março a ASSOCREL recebeu os seus utentes para brindar à saúde dos aniversariantes dos primeiros três meses do ano. Para esta atividade foi possível contar com a participação do Pároco da freguesia, Sr. Padre Joaquim Carvalho que possibilitou o ato da confissão aos que assim o desejaram, seguindo-se a celebração da Eucaristia. O Sr. Padre lembrou a memória dos

entes queridos de todos os utentes, bem como enalteceu as possibilidades que são oferecidas em locais de acolhimento como a ASSOCREL, que permitem o envelhecimento



saudável e a melhoria das condições de vida.

Este encontro foi animado com o almoço convívio para todos os presentes.

Seguindo-se o bolo de aniversário.



A este propósito celebraram-se os aniversários dos utentes nascidos entre janeiro e março. Assim foram convidados todos os

utentes da instituição. Dos oito aniversariantes, apenas três participaram, deste modo deixamos a nossa saudação especial a cada

aniversariante e os votos de felicidades para:

- Mário Simões
- André Sul
- Celso Rodrigues

- Benjamim Carmo
- Albina Oliveira
- Sandra Chaves
- M<sup>a</sup> Aida Ferreira

## AS NOSSAS RECEITAS... BACALHAU À ASSOCREL

### INGREDIENTES:

- 4 postas bacalhau demolhado
- 1/2 kg de batatas
- 2 ovos
- 2 chávenas de farinha
- 125g de maionese
- 1/2 l de óleo
- leite q.b.
- manteiga q.b.
- Para o molho:
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- azeite q.b.
- vinho branco q.b.
- 200 ml de molho béchamel

Depois de descascadas e cortadas, colocam-se a cozer as batatas, enquanto isso passa-se o bacalhau pela farinha e pelo ovo, fritando-se de seguida em óleo bem quente e reserva-se.

Num tacho coloca-se o azeite a aquecer, acrescentando de seguida a cebola, cortada em meias luas e o alho laminado, deixa-se alourar, acrescentando depois o vinho branco. Quando a cebola estiver translúcida adiciona-se o molho béchamel e vai-se mexendo até

atingir uma consistência cremosa. Barra-se o bacalhau com a maionese e coloca-se o num tabuleiro, depois rega-se com o molho e vai ao forno até alourar.

Com a ajuda do passe vite, esmaga-se a batata e vai-se acrescentado manteiga e leite, de forma que o puré atinja o ponto desejado.

Serve-se o bacalhau com o puré, regando com o molho. Bom apetite!

(receita para 4 doses)

**“Arroz para a música e bacalhau para o pregador”**

*Ditado popular*

## ASSOCREL

Rua Cova da Raposa, nº261—Lamas  
3600 - 458 Moledo CDR

Telf.: 232 309 228  
Tlm.: 967 404 825  
Correio electrónico:  
assocrel@gmail.com

Estamos na Internet!  
Em [www.assocrel.pt](http://www.assocrel.pt)

Ao Serviço da Comunidade



## Quaresma...para os nossos utentes.

Na nossa terra a Quaresma inicia-se na quarta feira de cinzas, dia em que não se come carne e se pratica o jejum. Daí em diante, todas as quartas e sextas feiras são dias em que não se consome carne. O domingo de Ramos é também um dia importante da preparação para a Páscoa, no qual as igrejas são invadidas pelos perfumados ramos de alecrim ou louro. Por cá ninguém consome produtos da horta (dizia-se que estava lá Jesus escondido), sendo que a tradição era fazer sopa de castanhas ou de feijão.

A sexta feira Santa é o grande “Dia Santo de Guarda” que antecede a Páscoa, em que não se mexia na terra ou se colocava roupa ao sol. Em algumas aldeias é habitual formarem-se grupos, ao anoitecer, para cantar os Martírios do Senhor e rezar às portas dos residentes, da mesma forma que se juntam no sábado para cantar “O Aleluia”.

Na próxima edição...A Visita Pascal!



## PRIMAVERA...

A primavera é a estação do ano tipicamente associada ao reflorescimento da flora terrestre, à vida, à alegria e à cor.

Este ano a primavera teve o seu início no dia 20 de março, data que foi lembrada e retratada de forma colorida em desenhos e molduras para decoração dos espaços do Centro de Dia.

Nesta época do ano os dias ficam mais quentes e mais luminosos, o que é um verdadeiro impulso às caminhadas e atividades no exterior com os utentes do Centro de Dia.

“Há uma primavera em cada vida: é preciso cantá-la assim florida, pois se Deus nos deu voz, foi para cantar!

E se um dia hei-de ser pó, cinza e nada que seja a minha noite uma alvorada, que me saiba perder...para me encontrar.... “

Florabela Espanca

### Alguns Ditados populares:

- Dizem os antigos, gente rude e sincera: Nunca passou por mau tempo a chuva da primavera.
- Uma palavra gentil é como um dia de primavera.
- Por morrer uma andorinha não acaba a Primavera.
- Borboleta branca: Primavera franca.

