

Boletim Informativo



Nº 49 | dezembro 2025 | Anual | Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão



Ficha Técnica

Coordenação

Mesa Administrativa

Edição e Propriedade

Santa Casa da Misericórdia
de Alfeizerão

Redação e Administração

Santa Casa da Misericórdia
de Alfeizerão- Pessoa
Coletiva de Utilidades
Pública

Rua Manuel José dos Ramos
Vizoso, nº2, 2460-104
Alfeizerão

Telefone: 262 990 842 / 962
268 190

Email:

geral@scmalfeizerao.pt

Website:

<http://www.scmalfeizerao.pt>

Facebook: www.facebook.com/stacasamisericordia.alfeizerao

m/stacasamisericordia.alfeizerao

Colaboração

Adelaide do Carmo, Cátia
Camacho, Cátia Feliciano,
Cláudia Silva, Fernando
Segismundo, Joaquim Marto,
Lúcia Rodrigues, Vera
Gonçalves e Bernardo José
Rodrigues.

Tiragem

350 exemplares

Distribuição Gratuita

ÍNDICE

-
- 2 Editorial
 - 3 Coluna do Provedor
 - 5 Recordando com saudade e gratidão
 - 7 Apoio domiciliário em Portugal: do serviço pontual ao cuidado 24 horas
 - 8 Atividades da SCM
 - 17 Universidade Sénior de Alfeizerão
 - 18 Atividades da US de Alfeizerão
 - 21 Espaço Saúde: Envelhecer em Movimento
 - 22 Espaço Financeiro: Contabilização dos Peditórios – Enquadramento Legal e Contabilístico
 - 23 Perspetiva dos Utentes
 - 24 Perspetiva dos Colaboradores
 - 25 Em memória
 - 26 Notícias Breves/ Assembleia Geral
 - 27 Voluntariado

Capa

Árvore e Presépio realizado pelos utentes da
Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão

Foto e Arranjo: Adelaide do Carmo

SITE



FACEBOOK





JOAQUIM RAMOS MARTO

**Tesoureiro da Santa Casa da
Misericórdia de Alfeizerão**

Editorial

Novos Conceitos do SAD

(Serviço de Apoio Domiciliário)

Os novos conceitos do SAD (Serviço de Apoio Domiciliário) para IPSS focam-se na articulação com a saúde (SAD+Saúde), oferecendo cuidados humanizados e flexíveis no domicílio, com horário alargado (24/7), integração de serviços (higiene, refeições, medicação, teleassistência, acompanhamento), promoção da autonomia e bem-estar e modelos inovadores para responder ao envelhecimento, visando uma maior autonomia e integração social, com foco em modelos de financiamento e cooperação renovados.

Principais Inovações e Conceitos:

SAD+Saúde: Um modelo mais integrado que articula o apoio social com cuidados de saúde no domicílio, incluindo apoio na medicação, tratamento de roupa, higiene habitacional, teleassistência e acompanhamento a serviços de saúde.

Humanização e Flexibilidade: Centrado nas necessidades individuais, oferecendo cuidados personalizados, com equipas preparadas para uma resposta mais humana e adaptada.

Horário Alargado e 24/7: Funcionamento em horários não convencionais (fins de semana, feriados) e assistência contínua para maior segurança.

Autonomia e Inclusão: Não se foca apenas na dependência, mas em promover a funcionalidade, autoestima, participação social e acesso à tecnologia, combatendo o isolamento.

Abordagem Holística: Vai além das tarefas básicas, promovendo o bem-estar físico, mental e social (atividade física, contacto com novas tecnologias, estimulação cognitiva).

Sustentabilidade e Financiamento: Busca novos modelos de financiamento e cooperação para garantir a sustentabilidade das IPSS e a qualidade dos serviços, respondendo ao envelhecimento da população.

Integração com a Comunidade: Criação de redes de apoio mais amplas, facilitando o acesso a outros serviços e à participação na vida comunitária.

Em suma, o SAD evolui de um apoio básico para um serviço de proximidade completo, que integra saúde, bem-estar e autonomia, alinhado com as necessidades de uma população envelhecida e mais exigente, com forte apoio de quadros regulamentares recentes.

A Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão tem esperança que em breve possa pôr em prática todos estes novos conceitos do SAD.

Desejando a todos os seus utentes e Irmãos Um Santo Natal e um Feliz Ano Novo!!!

FERNANDO SEGISMUNDO

Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão



Coluna do Provedor

Ao terminar o penúltimo ano do segundo mandato da Mesa Administrativa, impõe-se fazer o balanço dos eventos mais relevantes de 2025.

Em janeiro foi realizado o contrato para o fornecimento de camas articuladas, colchões anti escaras e lavadora de chão no valor total de 14.636,91€ mais IVA. Este equipamento veio criar melhores condições de trabalho aos nossos funcionários e também reduzir a possibilidade de aparecimento de escaras nos nossos utentes.

Em fevereiro, na sequência da nomeação do Responsável de Cumprimentos Normativo ainda em 2024, foi aprovado e publicado o conjunto de documentos do Programa de Cumprimento Normativo, de onde destacamos os seguintes:

- Código de Ética e Normas de Conduta;
- Programa de Prevenção de Riscos de Corrupção.

Estes documentos foram divulgados aos funcionários e aos Órgãos Sociais em sessões de formação convocadas para o efeito e encontram-se também disponíveis no site da Misericórdia.

Em março, foi realizada a Assembleia Geral para aprovação do Relatório de Atividades e Contas de 2024, tendo o mesmo sido aprovado por

unanimidade dos Irmãos presentes, com um resultado líquido positivo de 104 559,79 €.

Ainda em março, foi aprovado o caderno de encargos para o concurso público de fornecimento de refeições pelo valor base de € 198.636,88 mais IVA, durante um ano.

Em maio, foram revistas as condições do empréstimo da Caixa Agrícola, com uma redução do spread e redução do prazo de pagamento para 15 anos.

Em junho foi aprovado o relatório do júri do procedimento público e a minuta do contrato com a Eurest Portugal pelo valor anual de 195.888,16 Euros, mais IVA.

Ainda em junho, a Universidade Sénior realizou uma festa de final de ano, com a participação dos alunos e a assistência de utentes da ERPI e Centro de Dia.

Em julho, para fazer face à procura de vagas privadas, foi solicitado ao ISS a redução do número de vagas hospitalares de 20 para 15.

Em agosto, foi aprovado o caderno de encargos para a aquisição de equipamentos para a cozinha pelo preço base de 17.000,00 €, mais IVA.

Em setembro, foi iniciado mais um ano letivo da Universidade Sénior com um total de 66 alunos.

Em outubro foi decidido adjudicar a aquisição do equipamento para a cozinha pelo valor de 16.487,00€.

No início de novembro, foi realizado um simulacro de sismo seguido de incêndio, onde participaram os Bombeiros de S. Martinho do Porto, funcionários e utentes. Este simulacro foi promovido pela Proteção Civil Municipal com a designação “A Terra Treme”, tendo como objetivo a preparação das populações para a eventualidade de um sismo similar ao de 1755.

Em conformidade com o Compromisso da Misericórdia, em novembro foi realizada a Assembleia Geral de Irmãos para aprovação do Plano de Atividades e Orçamento para 2026, tendo o mesmo sido aprovado por unanimidade dos Irmãos presentes, onde se prevê um resultado positivo para 2025 de 63.331,24 €.

Esta Assembleia Geral teve lugar no dia do 30º aniversário da Instituição (23/11/2025), onde para além desta reunião, a Misericórdia esteve aberta a toda a comunidade com a realização de visitas guiadas e entrega de diplomas aos Irmãos com 30 e 25 anos de associados.

Ainda durante o mês de novembro, foi realizada a auditoria da primeira fase de concessão da Certificação ISO 9001, estando prevista a segunda fase para fevereiro de 2026.



FARMÁCIA
COZ

Recordando com **saudade e gratidão**

SR. RUI PEREIRA BRILHANTE

Necrologia 1944-2025



Em memória do nosso Irmão Rui Pereira Brilhante, nascido a 31 de janeiro de 1944, nesta vila de Alfeizerão, Alcobaça, e aqui falecido também a 26 de junho do ano de 2025 com 81 anos, nesta Instituição onde se encontrava como utente, usufruindo dos seus serviços sociais.

O nosso Irmão Rui Brilhante, foi um dedicado colaborador desta Instituição, tendo servido com abnegada e disponível presença nos Órgãos Sociais, especialmente como Tesoureiro nas horas e tempos difíceis da construção do edifício onde está instalada presentemente, durante vários anos. Continuou sempre a servir até ao seu falecimento, como Secretário do Conselho Consultivo, razões suficientes e justificadas para lhe estarmos gratos pela imensa colaboração que prestou com dedicação, espírito colaborador e sentido de solidariedade social. Muito e muito obrigado Rui Brilhante pela sempre pronta presença nesta Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão, a nossa terra natal.

No seu trajeto da vida, o Rui estudou na escola Industrial Rafael Bordalo Pinheiro, foi também, como Júnior, jogador de futebol igualmente nesta cidade das Caldas da Rainha, porque dinâmico e ativo se integrava com desejo e facilidade, quer culturalmente quer desportivamente e não só.

Foi militar, onde pelos seus méritos chegou a Furriel Miliciano, tendo pelo seu comportamento exemplar

recebido a patente de Sargento na hora de sair do serviço militar.

Foi funcionário da firma Tomás dos Santos, com sede em Caldas da Rainha desde os dezassete anos, tendo na mesma permanecido em todo o tempo até se reformar, servindo nesta cidade, em Sacavém que depois passou para Santa Iria da Azoia, onde terminou.

O já saudoso nosso amigo Rui, era estimado e respeitado pela sua colaboração responsável e dedicada nas tarefas que lhe eram atribuídas.

Por todas as razões enumeradas e por tudo o quanto fez e ajudou a fazer para o engrandecimento desta Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão, os Órgãos Sociais e seus colaboradores, manifestam a sua gratidão e o profundo respeito que lhe são devidos.

Apresenta esta Irmandade/Instituição Social, embora desfasada no tempo, sentidas condolências dos Órgãos Sociais e seus colaboradores, pela partida deste nosso Irmão, particularmente a sua esposa Dona Henriqueta Brilhante e seu filho Rui Brilhante.

Que o Senhor tenha a sua alma no eterno descanso!

Bernardo José Rodrigues



**SR. JOAQUIM DOS SANTO
LOURENÇO**

Necrologia 1945-2025

Em memória do nosso Irmão Joaquim dos Santos Lourenço, nascido a 09 de fevereiro de 1945, nesta vila de Alfeizerão, concelho de Alcobaça, e aqui falecido a 15 de Abril do ano de 2025 com 80 anos, nesta Instituição onde se encontrava como utente, usufruindo dos seus serviços sociais.

Foi um dos iniciadores na recriação desta Santa Casa, que ajudou e colaborou em várias situações que acabaram na existência desta Instituição de Solidariedade Social, mormente fazendo parte dos Órgãos Sociais, colaborando ultimamente no Conselho Consultivo.

No percurso de vida foi funcionário da fábrica Platex, sita em Famalicão da Nazaré, até ao seu fecho e também funcionário da Camara Municipal de Alcobaça até se reformar.

Pela colaboração dada em todos os momentos necessários que se justificaram na ajuda e engrandecimento desta Irmandade, a gratidão e respeito dos seus corpos gestores.

Apresenta esta Irmandade/Instituição Social, embora desfasada no tempo, sentidas condolências dos Órgãos Sociais e seus colaboradores, pela partida deste nosso Irmão, particularmente a sua esposa Dona Eduarda Lourenço e sua filha.

Que o Senhor tenha a sua alma no eterno descanso!

Bernardo José Rodrigues



**SRA. ILDA RODRIGUES
CAIADO CABAÇO**

Necrologia 1931-2025

Em memória da nossa Irmã Ilda Rodrigues Caiado Cabaço, nascida a 22 de novembro de 1931, natural da cidade de Tomar, esposa do nosso saudoso José Cabaço, e falecida a 27 de fevereiro de 2025 com 93 anos, nesta vila de Alfeizerão onde residia já há vários anos, nestes últimos como utente nesta Instituição, usufruindo dos seus serviços sociais com o seu marido até ao seu falecimento.

Foi também desde o início da então Comissão Organizadora, interessada colaboradora da mesma, nas várias iniciativas de angariação de fundos havidas em Quermesses e outros eventos que se realizaram, almoços, exposições de artigos artesanais especialmente na altura das Festas, etc. Pessoa reservada, mas amiga e colaboradora, sempre disponível e presente. Por todas as razões enumeradas e por tudo o quanto fez e ajudou a fazer para o engrandecimento desta Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão, os Órgãos Sociais e seus colaboradores, manifestam a sua gratidão e o profundo respeito que lhe são devidos.

Apresenta esta Irmandade/Instituição Social, embora desfasada no tempo, sentidas condolências dos Órgãos Sociais e seus colaboradores, pela partida desta nossa Irmã, a todos os seus familiares particularmente a seu cunhado Rogério Cabaço e sobrinho, Francisco Cabaço.

Que a sua alma esteja e descanse em paz!

Bernardo José Rodrigues

Apoio domiciliário em Portugal: **do serviço pontual ao cuidado** **24 horas**

DRA. CÁTIA CAMACHO

Diretora de Coordenação Técnica



Portugal é hoje um dos países mais envelhecidos da Europa. Com o aumento da esperança média de vida e o crescimento do número de pessoas com dependência, o apoio domiciliário tem vindo a assumir um papel cada vez mais central na resposta social e na organização dos cuidados.

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) surgiu como uma alternativa à institucionalização, permitindo que pessoas idosas ou em situação de dependência permanecessem no seu próprio lar, junto da família e da comunidade. Inicialmente, este apoio centrava-se em tarefas básicas como higiene pessoal, alimentação e limpeza da casa.

Ao longo das últimas décadas, o SAD tornou-se uma resposta estruturante do sistema social português, assegurada maioritariamente por instituições particulares de solidariedade social (IPSS), misericórdias e, mais recentemente, por empresas privadas especializadas.

O perfil dos utentes mudou. Hoje, muitos beneficiários do apoio domiciliário apresentam níveis de dependência mais elevados, doenças crónicas, demências ou necessidade de vigilância constante. Ao mesmo tempo, as famílias têm menos disponibilidade para prestar cuidados informais, devido ao envelhecimento dos cuidadores e às exigências do mercado de trabalho.

Perante esta realidade, o modelo tradicional de apoio por algumas horas deixou de ser suficiente. É neste contexto que surge a possibilidade de um apoio domiciliário 24 horas, uma resposta que assegure acompanhamento permanente no domicílio, dia e noite.

O apoio domiciliário 24h garante a presença contínua de cuidadores, assegurando não só as atividades básicas da vida diária, mas também vigilância, administração de medicação, apoio noturno e resposta imediata a situações de emergência. Para muitas famílias, este modelo representa uma alternativa mais humana às estruturas residenciais, permitindo que a pessoa permaneça num ambiente familiar. Este tipo de serviço tem sido sobretudo desenvolvido pelo setor privado, devido à sua flexibilidade, embora ainda tenha custos elevados para muitas famílias e cobertura limitada no sistema público.

Apesar da evolução, persistem dificuldades: falta de profissionais qualificados, financiamento insuficiente, desigualdades regionais e acesso limitado para famílias com menores rendimentos. A expansão do apoio domiciliário 24h exige investimento, regulação adequada e uma estratégia nacional clara. A sua evolução para modelos mais contínuos e personalizados reflete uma mudança de paradigma: cuidar melhor, com dignidade, no lugar onde as pessoas se sentem em casa.

Atividades da SCM

A promoção de um envelhecimento ativo é um dos pilares fundamentais da atuação da instituição, refletindo-se num conjunto diversificado de atividades lúdicas, cognitivas, desportivas e socioculturais. Estas iniciativas são planeadas com o objetivo de estimular as capacidades físicas e mentais dos residentes, reforçar a autonomia, promover o bem-estar emocional e incentivar a participação social. Através de uma programação regular e adaptada às necessidades individuais, a instituição procura proporcionar um quotidiano mais dinâmico, saudável e significativo, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para um envelhecimento vivido com mais satisfação e dignidade.

Ao longo do ano de 2025, os residentes participaram ativamente na dinamização de diversas atividades associadas a dias comemorativos, proporcionando momentos de convívio, partilha e valorização das suas vivências, que vamos referir.

***Janeiro** – Os residentes participaram na tradição do **Cantar das Janeiras**, preservando usos e costumes populares e promovendo momentos de convívio e animação na Instituição.



Ainda durante este mês, tiveram também a oportunidade de assistir à missa na Capela de **Santo Amaro**, na freguesia de Alfeizerão, reforçando a vivência espiritual e o contacto com a comunidade local.



***Fevereiro** - No mês de fevereiro, foram realizadas diversas atividades alusivas à celebração dos afetos e da convivência. Assinalou-se o **Dia do Amor**, com a distribuição de corações acompanhados de quadras dedicadas aos funcionários, num gesto de reconhecimento e partilha.



Os residentes participaram ainda no **Dia dos Afetos**, a convite de uma Escola Secundária de São Martinho, promovendo o convívio Intergeracional

O mês ficou igualmente marcado pelos desfiles e bailes de **Carnaval**, que trouxeram cor, alegria e animação ao quotidiano da instituição.

***Março** - Comemorou-se o **Dia da Mulher** com a realização de diversas atividades dedicadas ao convívio e à valorização feminina. As residentes participaram na confeção de bolachas, seguida de uma tarde de partilha, num ambiente de alegria e cumplicidade. Esta data foi ainda assinalada com um momento especial de cuidado e bem-estar, proporcionado por uma Escola Profissional da Nazaré, na área de Estética, que veio mimar as nossas mulheres, tornando a celebração ainda mais significativa.



Foi também assinalado o **Dia do Pai**, com a realização de um torneio de matraquilhos e jogos de setas, promovendo o convívio, a diversão e o espírito saudável de competição.

Ainda em março, os residentes participaram numa **tarde dançante no Vimeiro**, em conjunto com outras instituições, reforçando o convívio social e a interação comunitária.



O mês terminou com a celebração da chegada da **Primavera**, através da entrega do “Relvinhas”, trabalhos elaborados pelos utentes, às crianças do Centro Social de Alfeizerão e às turmas do Centro Escolar de Alfeizerão, num bonito gesto de partilha e de ligação entre gerações.



***Abril** - Na semana de 7 a 11 de abril, realizou-se na instituição a **Semana da Saúde**, dedicada à promoção de hábitos de vida saudáveis e ao bem-estar dos residentes. Ao longo destes dias, foram dinamizadas várias atividades, nomeadamente sessões de ginástica, caminhadas, pesagens, medições da tensão arterial e da saturação do oxigénio no sangue, incentivando o cuidado com a saúde física. A programação incluiu ainda uma atividade de culinária, com a confeção de panquecas saudáveis, bem como uma ação de sensibilização orientada pela nutricionista, abordando a importância de uma alimentação equilibrada e da adequada hidratação no dia a dia.



Ainda no mesmo mês, comemorou-se a **Páscoa** com a realização de jogos, dinâmicas de grupo e debates sobre o significado da época, promovendo momentos de reflexão e convívio. No dia **24 de abril**, a data foi assinalada com música, partilha de experiências e a visualização de vídeos alusivos à comemoração.

O mês terminou com a celebração do **Dia Mundial da Dança**, através de desafios realizados com a aplicação Just Dance, envolvendo músicas e coreografias que proporcionaram momentos de alegria, movimento e animação entre os participantes.



***Maio** - No mês de maio, celebraram-se várias datas significativas e realizaram-se diversas atividades que promoveram o convívio, a reflexão e a aprendizagem.

No **Dia da Mãe**, os residentes recordaram como eram as suas próprias mães, refletiram sobre o seu papel enquanto mães, partilharam adjetivos que as definem e discutiram as diferenças entre o papel de mãe antigamente e atualmente. A comemoração terminou com um animado karaoke de músicas dedicadas às mães.

Assinalou-se também o **Dia Internacional da Família**, com uma tarde dedicada a vários jogos tradicionais envolvendo residentes e familiares, fortalecendo os laços afetivos e a interação intergeracional.



Entre os dias 19 e 22, realizou-se uma semana dedicada à importância da **reciclagem**, com trabalhos manuais, vídeos, jogos e quizzes, promovendo a sensibilização ambiental de forma lúdica e educativa.

O **Dia da Espiga** foi comemorado com a compra do ramo e a reza do terço, incluindo visitas à Capela de Vale Paraíso, onde os andores decorados para a procissão puderam ser apreciados.

O mês terminou com uma saída ao Valado de Santa Quitéria, onde os residentes assistiram à peça de **teatro “Pó de Palco”**, proporcionando momentos culturais e de entretenimento.



***Junho** - As comemorações começaram com o **Dia Mundial da Criança**, em que os residentes recordaram momentos da sua própria infância, incluindo a casa, o quarto, a escola, brincadeiras (saltar à corda, berlinde, lencinho pião, anelinho entre outros) e outras experiências marcantes. A atividade terminou com a realização de alguns jogos típicos da infância, proporcionando momentos de nostalgia e diversão.

Para assinalar o **Dia de Portugal**, os utentes participaram numa atividade cultural virtual em que exploraram Portugal de norte a sul, conhecendo os pontos mais tradicionais de cada região. A iniciativa culminou com a realização de um jogo de perguntas sobre o tema, estimulando a memória, o conhecimento e a interação entre todos os participantes.

O dia 18 de junho, os nossos utentes participaram na tradicional comemoração dos **Santos Populares** em Alcobaça, onde se realizou um piquenique conjunto com outras instituições do concelho. A ocasião foi animada com sardinhas assadas e muita música, proporcionando momentos de convívio e alegria.



Para celebrar o **S. João**, os utentes da nossa instituição prepararam uma apresentação especial, interpretando várias marchas populares, numa demonstração de entusiasmo e talento que encantou todos os presentes.

O encerramento das comemorações do mês de junho fez-se com um **almoço convívio** na Associação de Vale de Maceira. Este momento contou com a presença dos familiares, amigos, utentes e alunos que puderam assistir a um espetáculo encantador apresentado pelo grupo da Universidade Sénior, reforçando os laços entre a comunidade, os utentes e as famílias.



Estas atividades proporcionaram momentos de partilha, cultura e diversão, reafirmando a importância da tradição e do convívio na vida dos nossos utentes.

***Julho e Agosto** - Entre os dias 1 e 7 de julho, os utentes da nossa instituição desfrutaram de uma animada **semana de praia**, aproveitando as atividades ao longo de todo o dia. Durante esta semana, tiveram a oportunidade de conviver e estreitar laços, desfrutando do contacto com o mar e com o meio envolvente.



As atividades foram diversas e animadas, incluindo caminhadas à beira-mar, jogos de adivinhas e dominó, bem como momentos de lazer dedicados a saborear deliciosos gelados. Esta experiência proporcionou não só diversão e relaxamento, mas também um reforço do bem-estar físico e emocional dos utentes, valorizando o contacto com a natureza e a partilha em grupo.



Durante os meses de julho e agosto, os utentes da nossa instituição tiveram várias oportunidades de contacto com o mar e de participação em visitas educativas e culturais.



Entre as experiências realizadas, destacam-se a visita à Quinta Nova, uma **quinta pedagógica**, onde puderam reconhecer e ter contacto com diversos animais de diferentes espécies.

Os utentes também tiveram a oportunidade de visitar a **Queijaria Flor do Vale**, acompanhando todo o processo de produção até à confeção do queijo, o que proporcionou uma experiência educativa e saborosa.



Para completar estas atividades de verão, realizaram ainda uma visita à **Fábrica das Cavacas**, com direito a uma deliciosa degustação, tornando a experiência divertida e memorável. Estas iniciativas permitiram aos utentes descobrir novos lugares, aprender sobre diferentes ofícios e produtos locais, e desfrutar de momentos de convívio e lazer em contacto com a comunidade e a natureza.



No dia 25 de julho, os utentes da nossa instituição celebraram o **Dia dos Avós** durante 3 dias, com uma tarde repleta de música, dança e convívio. Esta celebração proporcionou momentos de alegria e partilha, permitindo o contacto e a interação com utentes de uma instituição próxima, outro dia foi de culinária fazendo bolinhas de salame para oferecer aos AVÓS e a última atividade foi a vinda de uma técnica da biblioteca de alcobaça contando histórias para os “AVÓS”.



A iniciativa destacou-se pelo espírito de amizade e camaradagem, reforçando os laços afetivos e promovendo experiências enriquecedoras de socialização e bem-estar para todos os participantes.



***Setembro** - Nos dias 24 e 25 de setembro foram dedicados à reflexão e à espiritualidade para os utentes da nossa instituição. Durante este período, realizaram visitas ao **Santuário de Fátima**, onde participaram na reza do terço e assistiram à celebração da Missa na Capelinha das Aparições.

As visitas incluíram também o momento da queima das velas, seguido de um almoço partilhado, proporcionando não só experiências de fé e introspeção, mas também momentos de convívio e partilha entre os utentes. Estas atividades contribuíram para o bem-estar emocional e espiritual de todos, reforçando os valores de comunidade e tradição.

No dia 30 de setembro, os utentes da nossa instituição participaram na comemoração do **Dia Mundial do Coração**, com uma atividade dedicada à promoção da saúde cardiovascular. Durante a sessão, visualizaram vídeos educativos e receberam conselhos sobre hábitos que fazem bem ou mal ao coração.

A atividade terminou com um momento de partilha de ideias entre os utentes e a realização de medições arteriais, promovendo a consciencialização sobre a importância de cuidar da saúde e adotar estilos de vida saudáveis.

***Outubro** - O mês de outubro começou com uma grande celebração em homenagem ao **Dia Internacional do Idoso**. Para assinalar a data, os utentes da nossa instituição participaram num almoço especial, seguido de uma tarde animada com a visita do grupo de cavaquinhos da Universidade Sénior de Alfeizerão, que proporcionou muita música e alegria, enchendo o dia de momentos de convívio e diversão.



Para comemorar também o **Dia da 3ª Idade**, a Câmara Municipal de Alcobaça ofereceu aos idosos das instituições da região uma sessão de cinema, com o visionamento do filme “O Pátio das Cantigas” (versão moderna), promovendo momentos de entretenimento e partilha cultural entre os participantes.



Para encerrar o mês de outubro, os utentes da nossa instituição participaram nas tradicionais “brindeiras” do **Pão por Deus**, preparando os saquinhos com diversos alimentos típicos desta celebração.

Foi realizada também uma atividade educativa sobre o Dia de Todos os Santos, Pão por Deus e Halloween, que incluiu momentos de debate e partilha de opiniões entre os utentes, promovendo a reflexão sobre tradições e costumes.

A sessão terminou com jogos de perguntas, proporcionando uma forma divertida de consolidar os conhecimentos adquiridos e reforçar a interação entre todos.

***Novembro** - O mês de novembro foi dedicado, em grande parte, a atividades manuais, com os utentes a prepararem trabalhos para o Mercadinho de Natal e a ensaiarem para a festa de Natal, onde iriam participar ativamente.

No dia 11 de novembro, comemorou-se o **Dia do Magusto** com uma atuação divertida do grupo de teatro da Universidade Sénior de Alfeizerão, que representou a lenda de São Martinho, encantando todos os presentes. A celebração terminou com a degustação das tradicionais castanhas assadas e outros alimentos típicos da época, proporcionando momentos de convívio e alegria.



***Dezembro** - O ano de 2025 terminou com uma grande celebração organizada pelos utentes, pela Universidade Sénior e pelos funcionários da instituição. Todos participaram na preparação e ensaio de apresentações especiais, que foram demonstradas no dia da festa aos familiares e amigos, proporcionando momentos de muita emoção e alegria.



A festa terminou com um lanche convívio, momento de partilha, confraternização e celebração da amizade e da família. Esta iniciativa reflete o verdadeiro espírito do Natal: alegria, união e amor, encerrando o ano com sorrisos e boas memórias para todos os envolvidos.

Para além das comemorações e atividades especiais, os utentes da nossa instituição tiveram a oportunidade de participar em diversas atividades diárias, em grupo ou individuais, pensadas para promover o envelhecimento ativo e o bem-estar físico, mental e social.

Entre os ateliers disponíveis destacam-se: trabalhos manuais, alfabetização, musicoterapia, ginástica e caminhadas, culinária, atividades religiosas (terço e missa), cuidados de saúde, beleza (buço e unhas), jogos tradicionais, sensoriais, lúdicos, de equipa, cognitivos e de mesa.

Este conjunto diversificado de atividades permite que cada utente escolha experiências que promovam a interação social, o desenvolvimento de competências, a estimulação cognitiva e motora, reforçando a qualidade de vida e proporcionando momentos de prazer e realização pessoal ao longo do dia.



DRA. CLÁUDIA SILVA

**Técnica de Serviço Social
Coordenadora da Universidade Sénior de Alfeizerão**



Universidade Sénior de Alfeizerão

A Universidade Sénior de Alfeizerão (USA) tem como principais objetivos:

- a) Oferecer aos alunos, um espaço de vida socialmente organizado e adaptado às suas idades, para que possam viver de acordo com a sua personalidade e a sua relação social;
- b) Proporcionar aos alunos a frequência de aulas e cursos onde os seus conhecimentos possam ser divulgados, valorizados e ampliados;
- c) Desenvolver atividades promovidas para e pelos alunos;
- d) Criar espaços de encontro na comunidade que se tornem incentivos e estímulos a um sã espírito de convivência e de solidariedade humana e social;
- e) Divulgar e preservar a nossa história, cultura, tradições e valores;
- f) Fomentar e apoiar o voluntariado social;
- g) Desenvolver ações de formação social, pessoal e profissional para toda a comunidade.

Atualmente a US de Alfeizerão conta com mais de 73 Alunos, o que corresponde a um aumento de 50% face ao ano transato e 17 Professores, que lecionam as disciplinas de: Artes Decorativas, Cerâmica, Cidadania, Danças Populares, Espanhol, História Regional, Ioga, Informática, Inglês, Língua Portuguesa Oral e Escrita, Música e Coro, Poesia, Português para Estrangeiros, Pilates, Psicologia e Teatro.

As inscrições para frequentar a Universidade Sénior mantem-se abertas e tem um custo mensal de 15 euros para irmãos da Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão.

A realização deste projeto torna-se possível com a colaboração e dedicação de todos, que, de uma forma voluntária disponibilizam do seu tempo.

Gostaríamos de agradecer a [TODOS/AS OS/AS PROFESSORES/AS](#).



Atividades da US de Alfeizerão

Cantar as Janeiras foi marcado pelo grupo de Música e Coro, que se vestiu a rigor e atuou para os utentes da SCMA e Centro Social e Paroquial de Alfeizerão, no Centro Escolar e em Estabelecimentos Comerciais de Alfeizerão.



O **Encontro de Poesia** das Universidades Seniores do Oeste realizou-se no dia 19 de março, no Teatro Caby Pinheiro, no Sítio da Nazaré, contando com a participação do grupo de Poesia da US de Alfeizerão.

No dia 29 de abril as Universidades Seniores do Oeste realizaram o **Encontro de Dança** no Cineteatro da Nazaré.

O **Encontro de Grupo Musicais** das Universidades Seniores do Oeste decorreu no dia 16 de maio no Teatro Cine em Torres Vedras, contando com a atuação no grupo de Cavaquinhos e Coro da US de Alfeizerão.



No mesmo dia, a Universidade Sénior de Alfeizerão realizou uma visita de estudo ao **Forte de São Vicente** e **Centro de Interpretação das Linhas de Torres**, contando com a colaboração de um Guia do Município de Torres Vedras.

Promovido pelo Município de Alcobaça, a USA, com os grupos de Artes Decorativas, Cavaquinhos e Coro participaram no dia 3 de junho, na **Festa da Criança e do Ambiente**, como o propósito de sensibilizar a população mais jovem para temas essenciais como a educação ambiental, a sustentabilidade e a cidadania ativa, que decorreu no Panorama – Multiusos de Alcobaça.





No dia 24 de junho, a US de Alfeizerão realizou uma visita guiada ao **Mosteiro de Coz**, promovida pelo Município de Alcobaça.

O encerramento das atividades letivas foi marcado por um **Almoço Convívio** das USO, no dia 11 de junho no Hotel Vila d'Óbidos, organizado pela Universidade Sénior de Peniche.



No dia 30 de junho a USA encerrou as atividades letivas e comemorou em conjunto com os utentes da SCMA o **Arraial dos Santos**, com a realização de uma sardinhada e a atuação dos grupos de Poesia, Teatro e Música e Coro, na Associação de Vale Maceira.

A 1 de Outubro, o grupo de Música e Coro atuou para os utentes de ERPI e CD da Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão, para comemoração do **Dia do Idoso**.



No dia 11 de novembro comemorou-se o **Magusto**, com a realização de um lanche partilhado entre os alunos da USA e com a recitação de poemas e atuação do grupo de teatro para os utentes da instituição.

Em 23 de novembro celebrou-se o **Aniversário da SCM de Alfeizerão**, com a participação dos grupos de Danças Populares e Poesia.





No âmbito das disciplinas de Português para Estrangeiros e História Regional, o professor Cipriano Simão organizou no dia 10 de dezembro uma visita de estudo ao **Mosteiro de Santa Maria de Alcobaça**, a fim de conhecer a história de Pedro e Inês e a Igreja.

Este dia foi também marcado com a visita ao **Bau das Memórias**, para conhecer a Exposição de Presépios, em que os alunos participaram e a Exposição de Fotografias de Rui Guerreiro Mendes.



O mês de dezembro foi marcado pela participação da USA no **Mercadinho de Natal** que decorreu de 28 de novembro a 2 de janeiro e contou com a participação dos alunos de diferentes disciplinas, nomeadamente de Bordados e Artes Decorativas.



No passado dia 15 de dezembro, alunos e professores da US de Alfeizerão realizaram o **Almoço de Natal**, no restaurante CEIA.



A **Festa de Natal** na Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão teve a participação dos grupos de Teatro, Poesia e Música e Coro.



Cátia Feliciano

Fisioterapeuta

Espaço Saúde

Envelhecer em Movimento

Envelhecer não é parar! Durante muito tempo, associámos o envelhecimento à perda, à dependência e à diminuição do ritmo de vida. Hoje, felizmente, sabemos que envelhecer pode e deve ser, sinónimo de movimento, autonomia e participação ativa na sociedade.

Manter-se ativo não significa correr longas distâncias ou levantar grandes pesos. Significa, antes de mais, cuidar do corpo e da mente, respeitando os limites, mas sem os aceitar como barreiras impossíveis de ultrapassar. Caminhar, alongar, manter o equilíbrio, continuar a realizar as tarefas do dia a dia com confiança e segurança faz parte de um envelhecimento saudável.

É neste ponto que a fisioterapia assume um papel fundamental. Mais do que tratar dores ou recuperar de lesões, a fisioterapia ajuda a prevenir quedas, a melhorar a mobilidade, a fortalecer músculos e a ultrapassar inseguranças e medos associados ao movimento. Um corpo que se mexe é um corpo que responde melhor às exigências da vida diária, promovendo independência e qualidade de vida.

A par da fisioterapia, a terapia ocupacional é uma aliada indispensável. O foco desta terapia está na autonomia: ajudar cada pessoa a manter ou a recuperar as tarefas que dão sentido ao seu dia, nomeadamente vestir-se, cozinhar, ir às compras, escrever, participar em atividades sociais e de lazer, entre muitas outras.

A terapia ocupacional adapta, orienta e capacita, permitindo que as limitações não sejam um obstáculo à participação ativa na vida de cada um.

Envelhecer ativamente é investir hoje no bem-estar de amanhã. É procurar apoio especializado, ouvir o corpo e agir de forma preventiva. É perceber que pedir ajuda não é sinal de fraqueza, mas de consciência e cuidado consigo próprio.

Na Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão, é possível encontrar serviços de fisioterapia e terapia ocupacional, disponíveis de segunda a sexta-feira, dirigidos exclusivamente aos irmãos. Não se esqueça, a idade soma anos, mas a qualidade de vida constrói-se com movimento, autonomia e vontade de continuar a viver. Aqui, cada pessoa é acompanhada ao longo do seu percurso de envelhecimento ativo, com proximidade, profissionalismo e atenção individualizada.



BEATRIZ GODINHO
Análises Clínicas

CINDERELA DE ALFEIZERÃO

Fabrico de Pão de Trigo e Milho
Pastelaria Sortida e ainda ...
Especializados na confeção de Bolos de
Baptizados, Aniversários e Casamentos

Rua 25 de Abril - Tel. 262 999 661 - 2460 Alfeizerão



Lúcia Rodrigues
Técnica Superior
Administrativa

Espaço Financeiro

Contabilização dos Peditórios – **Enquadramento Legal e Contabilístico**

Os peditórios constituem uma forma relevante de angariação de fundos para as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), permitindo apoiar o desenvolvimento das suas atividades sociais. A sua correta contabilização é essencial para assegurar a transparência da gestão financeira, o cumprimento das obrigações legais e a prestação de contas aos associados, doadores e entidades fiscalizadoras.

Nos termos do Sistema de Normalização Contabilística para as Entidades do Setor Não Lucrativo (SNC-ESNL), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 36-A/2011, de 9 de março, os valores obtidos através de peditórios devem ser reconhecidos como rendimentos do período em que são angariados. Estes montantes enquadram-se, regra geral, na rubrica de “Doações, heranças e legados”, conforme previsto na NCRF-ESNL 2 – Demonstração dos Resultados por Naturezas.

Quando os peditórios sejam realizados com um fim específico ou consignado, os valores angariados devem ser contabilizados de forma autónoma, em conformidade com a NCRF-ESNL 3 – Rendimentos, garantindo que a sua aplicação respeita integralmente a finalidade definida pelos doadores. Caso existam restrições ao uso dos fundos, estas devem ser devidamente evidenciadas na

contabilidade e no anexo às demonstrações financeiras.

Em termos de controlo interno, a contagem dos valores recolhidos nos peditórios deve ser efetuada com critérios de rigor e transparência, preferencialmente na presença de, pelo menos, dois responsáveis da Instituição. O montante apurado deve ser formalizado através de um auto de contagem ou ata, que servirá de documento de suporte ao respetivo registo contabilístico, em conformidade com o disposto no artigo 123.º do Código do IRC, aplicável às entidades com contabilidade organizada.

Importa ainda recordar que a realização de peditórios está sujeita a enquadramento legal específico, nomeadamente ao disposto no Decreto-Lei n.º 460/77, de 7 de novembro (Estatuto das IPSS), bem como às regras administrativas aplicáveis, incluindo eventuais autorizações camarárias ou comunicações às autoridades competentes, quando exigidas.

A observância destas normas legais e contabilísticas reforça a credibilidade da IPSS, promove uma gestão responsável dos recursos angariados e contribui para a confiança da comunidade e das entidades de supervisão no cumprimento da missão social da instituição.

A Perspetiva dos Utentes

José Mota Sobrinho

Ano de Admissão: 2022/2025

Valência: CD/ ERPI

Vim para a SCMA por causa da minha mulher, que veio inicialmente para o CD e depois para a ERPI. Depois de falecer, eu estava sozinho em casa, mas queria muito vir para aqui antes de completar 100 aos e consegui ter vaga.

Esta Instituição é do melhor, como esta não há igual.



José António Ribeiro

Ano de Admissão: 2022

Valência: CD

Frequento o Centro de Dia há 4 anos e também frequentei a Universidade Sénior. Vim para a SCMA com a minha mulher. Gosto muito da Instituição pelas pessoas que cá trabalham, tem uma Animadora que atrai as pessoas.



Maria da Conceição Matos Júlio

Ano de Admissão: 2016

Valência: USA

Estou na USA desde o início. O que mais gosto é o convívio com as pessoas. Quando vim à sessão de apresentação gostei do que me ofereceram e inscrevi-me logo nas diferentes disciplinas. Aqui aprende-se, em vez de se estar fechada em casa a ver televisão. Sinto-me bem em andar na US, sinto-me feliz.



A Perspetiva dos Colaboradores

Ida Maria Santos Machado Pires

Ano de Admissão: 2010

Área Profissional: Lavandaria

A Instituição é uma mais valia para os utentes de SAD, porque muitos não têm ninguém que lhe cuide da roupa. Gosto muito do meu trabalho, de ver um utente com uma camisa bem passada, em que se veja os vincos do ferro nas mangas da camisa. A apresentação da roupa é muito importante para os utentes que estão aqui no Lar.



Ana Beatriz Estrelado da Silva

Ano de Admissão: 2019

Área Profissional: Cozinha

Um dos aspetos mais importantes foi a oportunidade que me deram para trabalhar na minha área (Cozinha). Comecei a trabalhar na SCMA em 2019, e quando o CAES fechou tive oportunidade de vir trabalhar nesta área.

A Instituição permite que os utentes estejam acompanhados e que tenham um aconchego, pois muitos nem família têm.



Evelin da Silva Reis

Ano de Admissão: 2022

Área Profissional: Serviço de Apoio Domiciliário

Os cuidados que prestamos aos idosos e familiares são fundamentais para a sua vida e para as tarefas diárias. Valorizamos a humanização dos cuidados, colocando o utente no centro da atenção. Não nos restringimos apenas à prestação de serviços e ao colmatar as necessidades físicas, porque o foco é o utente.



Em memória

Em memória dos utentes que faleceram este ano, a Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão deixa aqui o voto de pesar e condolências às famílias enlutadas de:

- | | |
|--|---|
| ❖ António Bento | ❖ Maria Amélia Carreira |
| ❖ António Felicidade Susano | ❖ Maria da Conceição Carvalho de Sousa Ferreira |
| ❖ António Rosa Columbano | ❖ Maria de Jesus de Oliveira Teodoro Ferreira |
| ❖ Augusto Manuel Silva Lopes | ❖ Maria Luísa Perpétua Cipriano |
| ❖ Fernando Jesus Pereira | ❖ Maria Manuela Ferreira Rodrigues |
| ❖ Ilda Rodrigues Caiado Cabaço | ❖ Maria Odete da Silva Santos |
| ❖ Joaquim dos santos Lourenço | ❖ Maria Rosa Arcena Diniz Pais Silva |
| ❖ Joaquim Maria Bento | ❖ Maria Rosa do Rosário |
| ❖ José Francisco Nicolau | ❖ Piedade Ferreira dos Santos |
| ❖ José Pinto da Silva Pereira | ❖ Rui Pereira Brilhante |
| ❖ Júlio Ascensão Inácio | ❖ Teresa Duarte Subtil |
| ❖ Lúdia Eduarda Morgado Fialho Marinho | |

ATUALIZAÇÃO DE DADOS

Alinhada com a necessidade urgente de proteção do ambiente e redução da nossa pegada de carbono a SCMA pretende atualizar a Base de Dados dos Irmãos. Assim solicitamos a todos os Irmãos que possam e queiram colaborar connosco nesta missão, de redução do consumo de papel, que nos façam chegar o nome, número de irmão e e-mail/endereço através de: geral@scmalfeizerao.pt

Informamos que as comunicações entre a Instituição e os Irmãos (Boletim Informativo, Convocatórias para Assembleias, ...) passarão a ser enviadas por e-mail.

O Planeta agradece!



Notícias Breves

Workshop de Feltragem

No dia 13 de novembro a Universidade Sénior de Alfeizerão realizou um Workshop de Feltragem promovido por uma aluna, Graça Frazão. Os alunos que assistiram ao workshop manifestaram interesse em criar uma disciplina com esta temática. Para ir ao encontro dos interesses dos alunos, a USA inicia a 08 de janeiro de 2026 uma nova disciplina de Feltragem, que decorrerá à quinta-feira das 9:30 às 12:00. Esta disciplina terá um custo inicial de 10€ para a aquisição de material.



Santa Casa de Alfeizerão celebra 30 anos

Foi com grande emoção que no passado dia 23 de novembro, a SCMA celebrou o 30º aniversário, onde foram distinguidos os sócios com 25 e 30 anos de associativismo. Este dia foi de celebração, estando a Instituição de portas abertas à comunidade. Durante o período da manhã contou com a atuação da Universidade Sénior e um almoço convívio e no período da tarde realizou-se a eucarística, a entrega de diplomas e a Assembleia Geral.



Assembleia Geral

Assembleia Geral da SCMA de 29/03/2025

Na primeira Assembleia Geral de 2025 para além da apresentação, discussão e votação do Relatório de Contas referente ao ano de 2024 e Parecer do Conselho Fiscal, fizeram parte outros assuntos, como a apresentação de dados rigorosos pelo Sr. Provedor que comprovam o trabalho desenvolvido no âmbito

da certificação da qualidade e do bom desempenho da Instituição. O Sr. Presidente da Assembleia Geral emitiu um voto de Louvor e de confiança, ao Sr. Provedor Fernando Segismundo e à Diretora Técnica Cátia Camacho pelo trabalho desenvolvido, ficando lavrado em ata.

Assembleia Geral da SCMA de 23/11/2025

Na Assembleia Geral, realizada em novembro foi realizada a apresentação, discussão e votação do Plano de Atividades e Orçamento para 2026 e Parecer do Conselho Fiscal. Nas diferentes intervenções por

parte dos irmãos, destaca-se a iniciativa do voluntariado e o fornecimento das refeições por parte da empresa Eurest.

BOLSA DE VOLUNTÁRIOS

Quer ter experiência na área dos idosos?

Tem a oportunidade de fazer voluntariado na nossa Instituição.

AJUDE-NOS A AJUDAR!

Inscrições: Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão | geral@scmalfeizerao.pt | 262 990 842



**SEJA SOLIDÁRIO! DOE 0,5% DO SEU IRS!
SEM QUALQUER CUSTO!**

Coloque o Nº de contribuinte da Misericórdia no quadro 11 do modelo 3 do seu IRS.

Veja como é simples!

11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS / CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 15% DO IVA SUPORTADO			
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS			
Instituições religiosas (art.º 32.º, n.º 4, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	☐	1101	NIF 503 848 794
Instituições particulares de solidariedade social ou pessoas coletivas de utilidade pública (art.º 32.º, n.º 6, da Lei n.º 16/2001, de 22 de junho)	☒		
Pessoas coletivas de utilidade pública de fins ambientais (art.º 14.º, n.ºs 5 e 7, da Lei n.º 35/98, de 18 de julho)	☐		
Instituições culturais com estatuto de utilidade pública (art.º 152.º do CIRS)	☐		
		1102	
		1103	
			IRS ☒ IVA ☐

Contamos com a sua preciosa ajuda para fazer mais e melhor pelos nossos idosos!

Santa Casa da Misericórdia de Alfeizerão

Rua Manuel José dos Ramos Vizoso, nº2, 2460-104 Alfeizerão

Telefone: 262 990 842 / 962 268 190

Email: geral@scmalfeizerao.pt

Website: <http://www.scmalfeizerao.pt>

Facebook: www.facebook.com/stacasamisericordia.alfeizerao