



O Geraldinho



Durante o mês de agosto, demos continuidade às avaliações biopsicossociais, dos nossos utentes de Apoio Domiciliário.



21 de setembro – Dia Mundial da Doença de Alzheimer

O Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer é celebrado anualmente a 21 de setembro. A Doença é a forma mais comum de demência, constituindo cerca de 50% a 70% de todos os casos. A síndrome afeta a memória, outras capacidades cognitivas e comportamentos que interferem significativamente na capacidade de uma pessoa em manter as suas atividades diárias.

No âmbito da comemoração da data, a Alzheimer's Disease International (ADI) lança o relatório mundial que aborda as atitudes globais em relação à demência, com base numa pesquisa com quase 70 mil pessoas em 155 países. O estudo mostra que 95% dos entrevistados acreditam que desenvolverão demência durante a vida.

Segundo a ADI, as mortes devido à demência mais do que duplicaram entre os anos 2000 e 2016, tornando-a a quinta principal causa de morte global em 2016. Podem ter um importante papel na prevenção e progressão da Doença de Alzheimer um estilo de vida saudável, um bom estado nutricional ao longo do ciclo de vida, assim como:

- Manter o cérebro ativo;
- Praticar exercício físico;
- Participar em atividades sociais;
- Proteger a cabeça de lesões;
- Entre outros...



Atividades	Aniversários
09 – Dia do Cachorro Quente	05 – Maria Fernanda Pires
21 – Dia Mundial da Doença de Alzheimer	12 – Manuel De Azevedo Melo
22 – Início do Outono	13 – Álvaro Dos Santos Vilares Pires
	20 – Armando Luís Fernandes Carrazedo (Membro do Conselho Fiscal)
	26 – Adérito Ferreira Pires

UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE



Nas localidades que abrangem a área geográfica do concelho de Macedo de Cavaleiros, e para as quais a instituição presta serviços, passa uma Unidade Móvel de Saúde que desempenha para a nossa população, especialmente para os mais idosos e com menos possibilidades, o acesso a serviços de saúde.

No mês de **setembro**, a Unidade Móvel irá passar em cada uma das localidades, nas seguintes datas:

02 – Bornes (10:00h) / Vale Benfeito (11:00h)

19 – Grijó (11:30h)

26 – Cernadela (09:00h) / Cortiços (10:00h) / Carrapatas (11:30h)

30 – Vale de Prados (11:30h)



AGRICULTURA • JARDINAGEM • ANIMAIS

Vindimar. Ceifar arroz. Colher amêndoa. Estercar as terras a semear no Minguante. No Crescente continuar a semear centeio e cevada. Nos pomares, aquando da última apanha de fruta, dar início à poda e limpeza das árvores. Enxertar (em fenda) cerejeiras, macieiras e pereiras e curar com calda. Na **Horta** semear, ao ar livre e local definitivo, agrião, cenoura, chicória, feijão, nabo, rabanete, repolho, salsa; em canteiro alface, alho-porro, cebola, tomate. Plantar com as primeiras chuvas, os morangueiros, regando até pegarem. Colher os feijões e cebolas maiores para semente. No **Jardim** ir preparando o composto e semear amores-perfeitos, begónias, cravos, gipsófilas, margaridas, malmequeres, miosótis, papoilas e as de florescimento primaveril. Plantar bolbos de jacintos, tulipas e narcisos.

Fonte: Borda-d'água.

VALÊNCIAS E SERVIÇOS DA INSTITUIÇÃO

A Instituição é composta por duas valências, o Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) e o Centro de Dia (CD).

A Valência de Apoio Domiciliário disponibiliza os seguintes serviços:

- ✓ Alimentação;
- ✓ Higiene Habitacional;
- ✓ Higiene Pessoal;
- ✓ Tratamento de Roupas;
- ✓ Aquisição de Bens e Serviços;
- ✓ Vigilância e monitorização da medicação.

A Valência de Centro de Dia presta os seguintes cuidados e serviços:

- ✓ Nutrição e Alimentação;
- ✓ Atividades de Animação Sociocultural e de Lazer;
- ✓ Apoio Psicossocial;
- ✓ Administração de Fármacos Prescritos;
- ✓ Articulação com Serviços Locais de Saúde.



Estimulação Cognitiva

Circule apenas os nomes dos animais.

CARRO BANANA GATO PREGO
PATO PÃO SAPO AMARELO
RATO TORNEIRA COELHO
CHUVA MASSA FOCA MARTELO
NARIZ VACA MULHER POMBO
MALA BRINCO COBRA MILHO
TESOURA LEBRE MUSEU LÁPIS