



O Geraldinho



Durante o mês de setembro, os nossos utentes visitaram o Museu “Solar de Cortiços”, onde recordaram e reviveram os tempos antigos da apanha da azeitona, da produção do azeite e da história da aldeia vizinha dos Cortiços.



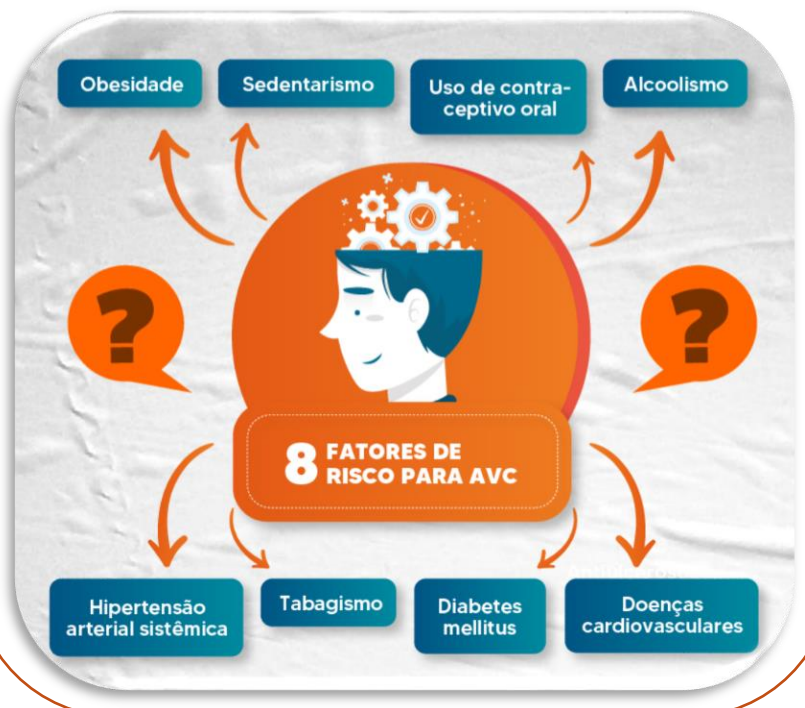
29 de Outubro – Dia Mundial do AVC

O Dia Mundial do Acidente Vascular Cerebral (AVC) tem como principal objetivo alertar a população para os sintomas do AVC e procedimentos a tomar.

Os sinais e/ou sintomas que podem indicar a ocorrência de um AVC são:

- Desvio da cara;
- Falta de força num dos lados do corpo (braço, perna);
- Dificuldade em falar e de entendimento, confusão.

O AVC continua a ser uma das principais causas de morte em Portugal, sendo também a principal causa de morbilidade e de potenciais anos de vida perdidos no conjunto das doenças cardiovasculares.





Atividades	Aniversários
01 – Dia Mundial do Idoso / Dia Mundial da Música	03 – Francisco Manuel Lino
14 – Dia Mundial do Ovo	19 – Maria Teresa Mofreita (colaboradora)
16 – Dia Mundial da Alimentação / Dia Mundial do Pão	20 – Judite Amélia
17 – Dia da Erradicação da Pobreza	20 – Carlos Manuel Costa Inocêncio
21 – Dia Internacional da Maçã	
25 – Dia Mundial das Massas	
28 – Dia Internacional da Animação	
31 – Dia de Halloween	

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 **outubro**, a Unidade Móvel irá passar em cada uma das localidades, nas seguintes datas:

07 – Amendoeira (10:00h) / Gradíssimo (11:00h)

08 – Vale Pradinhos (10:00h) / Pinhovel (11:00h) / Travanca (12:00h)



AGRICULTURA • JARDINAGEM • ANIMAIS

Iniciar a colheita da azeitona e combater a gafa. Semear cereais praganosos. Em viveiro, semear as amendoeiras e os pessegueiros. Nos lugares mais secos e abrigados, plantar oliveiras. No Minguante estercar as covas para as árvores a transplantar na Primavera. Plantar árvores de fruto e podar (corte diagonal) as árvores resistentes ao frio. Na Horta resguardar do gelo e preparar do gelo e preparar canteiros para a sementeira de alface e cebola. Semear em local definitivo agrião, cenoura e rabanete. Colher feijões. No fim do mês, plantar morangueiros, alhos e cebolinhas. Colocar em local definitivo as couves de Primavera e a alface de Inverno; Colher a castanha, noz, avelã, abóbora e melão de Inverno. Jardim: estrumar, semear flores (como no mês anterior) e plantar roseiras, crisântemos, lírios, narcisos, tulipas, cíclames, açucenas, jacintos, anémons. Colher as flores do Outono: dalias, rosas, etc.

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

Nas sequências abaixo, qual o próximo número da série?

a) 2 - 4 - 6 - 8 - _____

b) 15 - 13 - 11 - 9 - 7 - _____

c) 1 - 2 - 4 - 8 - 16 - _____

d) 10 - 25 - 40 - 55 - 70 - _____

e) 1 - 1 - 2 - 3 - 5 - 8 - 13 - 21 _____

f) 26 - 24 - 20 - 18 - 14 - _____