



www.jtm.com.mo

Director Sérgio Terra

Nº 6876

O JTM nas eleições legislativas em Portugal



HOJE ADN e Nós, Cidadãos

CENTRAIS



發行日期 Data de Emissão: 01-03-2024

澳門郵政 一百四十年

140.º Aniversário dos Correios e Telecomunicações de Macau

澳門總事處前地  
Largo do Senado, Macau

☎ (853) 8396 8513, (853) 2857 4491  
☎ (853) 8396 8603, (853) 2833 6603  
✉ philetely@ctt.gov.mo  
🌐 http://philetely.ctt.gov.mo

澳門郵政 CTT



UPM garante rigor no recrutamento de pessoal

PÁG 4

PEQUIM ACUSA WASHINGTON DE "MANIPULAR" MANILA

A China acusou ontem os EUA de utilizarem as Filipinas como "peão" no Mar do Sul da China, na sequência de vários incidentes registados nas últimas semanas em torno de ilhotas disputadas pelos dois países asiáticos. "A China aconselha os EUA a não utilizarem as Filipinas como um peão para gerar agitação no Mar do Sul da China", disse a porta-voz do Ministério dos Negócios Estrangeiros chinês, Mao Ning, em conferência de imprensa, acrescentando que "as Filipinas não devem deixar-se manipular pelos EUA". Pequim manifestou ainda forte oposição à aprovação pelo Senado das Filipinas da Lei das Zonas Marítimas, classificando-a de "ilegal e prejudicial" para a estabilidade regional. Mao disse que a lei filipina "tenta impor ainda mais a sentença arbitral ilegal" sobre o Mar do Sul da China, emitida em 2016, que Pequim "não aceita nem reconhece". Por sua vez, o Presidente das Filipinas, Ferdinand Marcos Jr, manifestou-se alarmado com o agravamento das tensões com Pequim. "Continuamos a ver com profunda preocupação estas manobras e acções perigosas que continuam a ser realizadas contra os nossos marinheiros e guardas costeiros", afirmou Marcos em declarações à imprensa de Manila.

FOTO SCMM

# Escola de Artes e Ofícios carece de "estabilidade"

Amélia António foi ontem reeleita presidente da Casa de Portugal, para aquele que é o seu nono mandato. A sua "grande prioridade" é dar "estabilidade" à Escola de Artes e Ofícios, à volta da qual gira grande parte da actividade da associação, destacou em entrevista ao Jornal TRIBUNA DE MACAU. A líder associativa, que está à frente da Casa desde 2005, tem

tentado "passar a pasta" há já algum tempo, mas ainda não conseguiu. Esperando que os próximos dois anos tragam "algumas soluções" para os problemas que a associação enfrenta, Amélia António está também apostada em criar parcerias entre as Oficinas e outras instituições de Macau, considerando que seriam "muito importantes"

PÁG 2

VOLUNTÁRIOS FAZEM COMPANHIA AOS IDOSOS DO LAR

## Santa Casa e SJM lançam projecto "Adopte um avô"

PÁG 3



2024 金沙中國 澳門國際十公里長跑賽 17/03

SANDS CHINA MACAU INTERNACIONAL 10K SANDS CHINA MACAO INTERNATIONAL 10K



下載「澳門十公里」手機應用程式  
Descarregue a aplicação para telemóvel "Macao 10K"  
Download "Macao 10K" mobile app

www.macao10k.com



PUB



FOTOS SCMM

O novo projecto da Santa Casa da Misericórdia, em colaboração com a SJM Resorts, S.A., intitulado "Adopte um avô", proporciona "companhia e alegria" aos idosos do Lar da Nossa Senhora da Misericórdia. Numa primeira fase, 25 voluntários estão a visitar oito idosos, uma vez por mês, durante duas horas, explicou Gisela Nunes Fernandes, secretária-geral da instituição ao Jornal TRIBUNA DE MACAU. A ideia surgiu por haver idosos que não recebem visitas regularmente, ou que não têm família, e também porque os últimos três anos foram "muito solitários". O objectivo é que as visitas possam ser alargadas a mais idosos, por fases, e que haja uma maior frequência dos encontros

CATARINA PEREIRA

O Lar da Nossa Senhora da Misericórdia, situado na Rua D. Belchior Carneiro, tem, desde o final do mês passado, novos visitantes. Os idosos recebem agora a companhia de voluntários da SJM Resorts, S.A., ao abrigo do novo projecto da Santa Casa da Misericórdia, "Adopte um avô". "Está de parabéns esta iniciativa, é muito louvável e de elevado espírito humanitário. É um projecto positivo para a Irmandade no cumprimento da sua missão e que muito contribuirá para o bem-estar dos utentes, em especial para os que não têm visitas", considerou o Provedor da Santa Casa, António José de Freitas, ao Jornal TRIBUNA DE MACAU.

"A ideia surgiu porque foram três anos muito solitários, as actividades dentro do Lar foram praticamente inexistentes, e os idosos não podiam receber grandes visitas. A única comunicação que tinham com o exterior era através de uma chamada com um familiar ou de videochamada", explicou Gisela Fernandes Nunes, secretária-geral da instituição de solidariedade social.

O projecto "Adopte um avô" vem promover o envelhecimento positivo e trazer companhia e alegria aos idosos que vivem no Lar da Irmandade e que não recebem a visita de familiares, ou porque não têm família ou porque não recebem visitas com regularidade. "Embora os residentes do Lar não se encontrem sós, o excesso de tempo disponível leva muitos a isolar-se e a ques-

## Voluntários da SJM "adoptam" idosos do Lar da Misericórdia

tionar o propósito da sua vida e se são um fardo para as suas famílias, algo que é mais prevalente nos acamados", notou.

"Dou como exemplo uma senhora maravilhosa do Lar que acompanhei durante quase cinco anos e com quem criei uma amizade - senhora que teve dois filhos. Um faleceu ainda bebé e a outro faleceu por doença já adulto. Não tinha netos. Para alguns é um sossego, apreciado e bem-vindo. Para outros, que é o caso desta senhora, uma forma solitária de encarar o envelhecimento. Esta maravilhosa senhora adoptou-me e eu a ela. Temos conversas agradáveis, mas também desabafamos as nossas frustrações", contou Gisela Fernandes Nunes. Como esta idosa, há tantos outros.

❗ **É um projecto positivo para a Irmandade no cumprimento da sua missão e que muito contribuirá para o bem-estar dos utentes, em especial para os que não têm visitas**

Provedor António José de Freitas

Segundo explicou a este jornal, cada grupo de dois ou três voluntários "adota" um idoso, com o qual passará a criar uma relação. E será sempre esse idoso que vão visitar. "Ao contrário das ocasionais visitas em grupo pelas organizações e entidades privadas locais, neste caso são feitas visitas individuais e por medida 'tailor-made' consoante as particularidades de cada idoso. Portanto, cabe aos companheiros voluntários da operadora de jogos descobrir o que os deixa felizes", acrescentou.

O projecto será implementado por fases. Num primeiro momento - que já começou, após algumas sessões de formação -, 25 voluntários estão a visitar oito idosos que estão lúcidos e são mais independentes. "Fazem jogos, conversam, uma senhora só falou durante duas horas, é preciso ser bom ouvinte", contou.

Os encontros entre voluntários e idosos têm a duração de duas horas e, nesta fase inicial, acontecem apenas uma vez por mês, na última quarta-feira de cada mês. A ideia é que depois a frequência das sessões possa aumentar. Numa segunda fase, os voluntários que já se acostumaram a estar com os idosos vão formar outros co-

legas para poderem fazer companhia aos que são semi-dependentes.

"Depois numa terceira fase vamos para aqueles que estão mesmo muito fraquinhos, já com doenças crónicas. Esta será a última fase, e vão ter de ser aqueles voluntários que acompanharam os utentes desde o início", explicou Gisela Fernandes Nunes. Segundo disse, haverá uma parte que não irá usufruir deste serviço, cerca de 15 pessoas, uma vez que já não estão lúcidos ou estão quase em estado de coma, por exemplo.

Gisela Fernandes Nunes disse que "não estava à espera de uma reacção tão boa" por parte dos residentes do Lar. "Não acharam estranho e ficaram muito contentes", lembrou, sobre aquele que foi o primeiro encontro entre idosos e voluntários. No cômputo geral, o projecto conta com a participação de 50 voluntários.

Da mesma forma que a Santa Casa trouxe o projecto da Loja Social de Portugal, em 2013, adaptando-o às características locais, a instituição inspirou-se agora num projecto que nasceu em Espanha - "Adota Un Abuelo". Foi em 2013 que o espanhol Alberto Cabanes resolveu criar o projecto, depois de uma experiência pessoal num lar de terceira idade.

Alberto Cabanes, de visita ao seu avô, reparou que a maior parte dos ocupantes do lar não recebiam visitas de familiares ou amigos. Inclusive um dos utentes que conheceu no lar, Bernardo, sem filhos, disse-lhe que o seu maior sonho era ter netos que o visitassem pelo Natal. Alberto Cabanes concretizou-lhe o desejo e decidiu adoptar Bernardo, conta a Santa Casa.

### FORMAÇÃO E TRABALHO DE CASA

Antes do começo das visitas pontuais, houve uma série de sessões de formação organizada pela Santa Casa da Misericórdia. Focaram-se, por exemplo, na compreensão sobre a forma de interagir com idosos, na explicação da diferença entre um idoso independente e um idoso acamado, em perceber o que significa a solidão. Foram ainda abordadas as etapas da demência, bem como temas de conversas envolventes e interações a ter com idosos.

"Há muitos voluntários que não têm idosos em casa, não sabem como lidar com eles. Por isso, fizemos acções para lhes explicar como devem falar, que no caso de já não os reconhecerem é porque podem estar já numa primeira fase de demência, entre outras coisas. Na primeira visita, os

voluntários trouxeram jogos, conversaram, foram duas horas muito bem passadas", prosseguiu Gisela Fernandes Nunes.

Além disso, foi feito um "perfil" de cada um dos oito idosos, com várias informações, por exemplo há quanto tempo estão no Lar, o que gostam de comer, quais as actividades que fazem nos tempos livres, se têm ou não família, e quais os seus jogos preferidos. "Os voluntários têm de estudar a pessoa e trazer ideias de coisas para fazer. Depois têm de fazer um relatório sobre como correu e o que fizeram. E antes da próxima visita, têm de dizer o que tencionam continuar a fazer e o que tencionam adicionar depois de terem conhecido os utentes".

Os voluntários estão agora aptos a "partilhar afecto e trocar conhecimentos com aqueles que têm uma bagagem de histórias para partilhar, e o mais importante, estabelecer relações de conforto e de familiaridade entre cada residente e os seus companheiros voluntários, e até mesmo fazer jogos de estimulação cognitiva", sublinhou a Irmandade.

❗ **A ideia surgiu porque foram três anos muito solitários, as actividades dentro do Lar foram praticamente inexistentes, e os idosos não podiam receber grandes visitas**

Gisela Fernandes Nunes, secretária-geral da Santa Casa da Misericórdia

A secretária-geral da Santa Casa explicou que foi após ter enviado uma carta relativa ao projecto da Loja Social que o coordenador dos voluntários da SJM disse que gostaria de que o grupo de voluntários pudesse fazer "algo mais significativo", ou com os utentes do Lar ou do Centro de Reabilitação de Cegos. "Foi então que apresentei esta ideia, e foi aceite", contou.

O Lar destina-se a idosos, tanto do sexo feminino como masculino, tendo uma capacidade de 128 camas. Neste momento ainda há "algumas vagas", destinadas a idosos independentes e sem problemas de mobilização. A equipa multidisciplinar integra uma médica a tempo inteiro, nove enfermeiros, dois fisioterapeutas, 25 auxiliares de enfermagem, uma assistente social e demais pessoal, num total de 67 trabalhadores.