OUTUBRO DE 2015

Atualidade

Informativo Mensal

Reviver
Centro de Convivência para Idosos

***Missão:** Atender o idoso com amor, promovendo atividades que o integrem na sociedade e resgatem sua dignidade e alegria de viver, contando com o serviço de profissionais qualificados e o apoio do trabalho voluntário.*

E VIVA O MÊS DO IDOSO!

No dia 7 comemoramos o dia dos idosos em grande estilo no restaurante Cabana, no Círculo Militar de Campinas. Além de ótima refeição, a animação foi garantida com as músicas de Glória e amigos e a alegria dos nossos idosos que, como sempre, se divertiram muito. Aproveitamos para agradecer mais uma vez a receptividade do Círculo aos idosos do Reviver e a todos que participaram e fizeram desse evento um sucesso

Os idosos foram presenteados com uma aula de *Ikebana*. Os arranjos foram feitos por eles mesmos junto com a professora Dina, acompanhada de seus familiares, que abordou a lembrança e homenagens aos ancestrais. Os arranjos dos idosos ficaram lindos e a sala se transformou...

Na última semana, tivemos uma reunião de voluntários bastante produtiva. Repassamos as atividades, planejamos os cronogramas e readaptamos todo o necessário para melhor atender e cuidar dos idosos.

Não deixem de visitar nosso BAZAR!! Estamos sempre com novidades. Fiquem atentos, pois sempre realizamos bazares especiais aos sábados pela manhã. Você pode ajudar a manter o Reviver participando como voluntário, colaborando com o bazar ou tornando-se sócio.

DIA DA BELEZA

Os idosos receberam novamente os cuidados do Mario Gravas Studio. Como sempre, sua equipe acolheu a todos com muito carinho e ressaltaram a beleza existente em cada um dos idosos. Fizeram corte de cabelo, escova e unha.

Diretoria do Reviver

PRESIDENTE: Marina Dantas Muniz de Castro, VICE-PRESIDENTE: Sheila Roberta Andrade Pereira, DIRETORA ADMINISTRATIVA-FINANCEIRA: Angela Kageyama, VICE-DIRETORA ADMINISTRATIVA-FINANCEIRA: Lucila Noronha Begnami, DIRETORA DE OPERAÇÕES: Elza Maria da Cunha Teixeira, DIRETOR DE MARKETING E RELACIONAMENTO: Antonio Ayres Pereira.

FIQUE SABENDO

A IMPORTÂNCIA DO TOQUE NA TERCEIRA IDADE

Desde pequenos, necessitamos muito do toque físico, do contato dos entes queridos, do carinho aconchegante. Isso não só fortalece nossos vínculos emocionais, como define nossa identidade. Com o idoso não é diferente, pois enquanto os filhos e netos estão atarefados com suas correrias diárias, às vezes, ele está com pouca ocupação passando grande parte do dia sozinho. Então, o toque de carinho, de apoio nos movimentos, os abraços espontâneos, são fundamentais para estimular o funcionamento neurológico, melhorar a circulação sanguínea e aumentar a autoestima do idoso.

Valem massagens com óleos e cremes aromáticos, cafunés nos cabelos macios, movimentos circulares no rosto, pequenos alongamentos nos dedos das mãos e assistir televisão de mãos dadas. A própria pessoa pode – e deve – estimular sua pele, estabelecendo um contato gostoso, conversando com seu corpo.

Com a idade, a pele vai ficando mais fina e às vezes ressecada. Então é fundamental delicadeza ao tocar o idoso, sempre respeitando o ritmo do outro.

Também é muito importante a pessoa que convive ou cuida de idosos aprender a se colocar no lugar dessa pessoa e tentar funcionar como ela.

Por exemplo: idosos com dificuldade de locomoção são muito beneficiados quando o cuidador ou parente mostram no próprio corpo da pessoa qual movimento desejam que ela execute. Essa informação corporal, vivencial, é mais eficiente que a intelectual.

Nosso corpo guarda através da pele – o maior órgão humano – todas as informações sensoriais que vivemos e, por isso, concentra várias emoções e sentimentos. Se tivemos desde a infância, e ao longo das diferentes fases de desenvolvimento, toques agradáveis, afetuosos, divertidos, construímos uma identidade equilibrada e socialmente empática.

Mas, se, ao contrário, fomos mal tratados ou castigados, ou, ainda, se fomos criados sem carinho físico, as memórias sensoriais serão desagradáveis e/ou ambíguas.

Portanto, é fundamental conquistarmos a confiança dessa pessoa antes de tocá-la para acima de tudo, respeitá-la.

OFICINAS

Todas as quartas e sextas os idosos realizam atividades de artesanato, música, memória e exercícios físicos, sempre sob a supervisão de voluntários capacitados. As oficinas têm proporcionado experiências únicas e têm favorecido não somente o desenvolvimento e manutenção das capacidades cognitivas, mas também a interação entre os idosos e voluntários da entidade. Já iniciamos os ensaios das canções para a comemoração do final do ano.

BAÚ DA VOVÓ

DICAS DE AVÓ

Molhou o tênis ou o sapato? Faça um bolinho de jornal e coloque dentro do calçado para secar e tirar o mal cheiro

Roupa suja de graxa? Esfregue giz e deixe por 10 min. Depois, lave normalmente.

Marca de água na madeira? Deixe o secador quente ligado por 20 min. Para hidratar a madeira, use azeite.

Aniversariantes do Mês

Idosos: Olívia e Maria Miasso

Voluntários: Lucia Moraes, Loides e Leonice