

# O VELHOTE

## NESTA EDIÇÃO

**Editorial** 2

**Cultura** 3

**Noticias** 4

**Cantinho Velhote** 7

**Lazer** 9

**Curiosidade** 10



Ama e respeita os companheiros idosos!  
São eles as vigas que te escoram o teto da experiência  
e as bases de que hoje te levantas para seres quem és...  
Auxilia-os, quanto puderes, porquanto é possível que,  
no dia da existência humana, venhas igualmente a conhecer  
o brilho e a sombra que assinalam, no mundo,  
a hora do entardecer.



## EDITORIAL

Amélia Almeida

Encarregada e Tesoureira da Direcção

A Liga dos Amigos de Ribamondego é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social, que prima pela diferenciação no desenvolvimento dos serviços e cuidados, com soluções ajustadas às necessidades de cada utente, e ainda pelo reconhecimento que tem obtido não só das várias Entidades Públicas como das pessoas residentes e emigrantes dos utentes e seus familiares, etc...

Constituída esta Associação, sem fins lucrativos., em 1981 tinha como finalidade a promoção cultural, beneficente, recreativa, urbanista, social, económica e o progresso em geral da freguesia de Ribamondego.

Foi a 5 de Maio de 1982, visitada a sua sede, "Casa do Povo", sita na mostarda, pelo então Senhor Ministro dos Assuntos Sociais, Drº Luis Barbosa, que se fez acompanhar do Governador do Distrito da Guarda, Engº Manuel João das Neves e de mais comitiva.

Registada esta Associação na Direcção Geral de Segurança Social em 1989, sob o nº4/89 e com os novos estatutos aprovados, a Direcção deu novos estatutos aprovados, a Direcção da Liga deu continuidade a actividade do Centro de Dia que funcionava provisoriamente na antiga Escola Primária do Outeiro.

Em Abril de 1995 perante a constatação da desorganização do funcionamento do Centro de Dia, a então, Junta de freguesia presidida pelo já falecido, Sr.º José do Nascimento Amaral, assumiu não só a gerência do mesmo, como também, o muito que tinham de pedalar afim de conseguirem a aprovação do projecto para a construção do Lar de Idosos.

Objectivos alcançados, entra esta valência em funcionamento a 01 de Maio de 1998, num trabalho contínuo, muito embora a maior parte dos membros dos Órgãos Sociais tivessem já, de ser substituídos permanecendo ao serviço apenas três dos elementos dessas primeiras equipas. Comemora-se por isso no dia 01 de Maio, o vigésimo aniversário do Lar. Pedimos a Deus que nos dê força bastante, para mantermos a perspectiva de melhoria continua e de prestação de um serviço solidário de qualidade pelo menos até á data das próximas eleições (Dezembro 2019).

CULTURA

# Cantares Andaluzes

de FERNANDES COSTA

*Dizes que apartar não custa;  
Eu nunca apartar-me quis:  
Apartada seja a alma  
No corpo de quem o diz.*

*Dize-me cá, meus pecados,  
Quantos agravos tens meus,  
Que fugiste do meu lado  
E nem me disseste adeus?*

*A um sombrio olival  
Minhas penas fui dizer;  
Olival mais infeliz  
Não houve, nem torna a haver.*

*Diz o sábio Salomão  
Num dos livros da Escritura:  
«Uma gota a cair sempre  
«Amacia a pedra dura.»*

*Minha mãe bem mo dizia;  
Mas agora já é tarde:  
«Cabrita que vem do monte,  
«Não há cabreiro que a guarde.»*

*Eu não sei por que motivo  
Até me contas os passos,  
Se o amor que já te tive  
Deitei-o fora a pedaços.*

*Ceguinho, pobre oeguinho!  
Tu nunca tens alegria!  
Mas eras mais desgraçado  
Se a tivesses visto um dia!*

*Vou despedir-me, senhores;  
Ponham isto no sentido:  
Os pássaros querem ar  
E as raparigas, marido.*

*Entendo que na mulher  
A pequenez é um dom:  
Uns dizem: Do mal o menos!  
Outros dizem: Pouco e bom!*

*Quando há dois a querer a mesma,  
E esta quer um deles só,  
Aquele que não é querido,  
Na garganta tem um nó.*

*Quisera viver contigo  
Num mundo deserto e mudo,  
Porque neste em que vivemos  
Tenho ciúmes de tudo.*

*Quando digo ao coração  
Que nunca mais se lamente,  
Responde-me ele, coitado,  
Que é muita a mágoa que sente.*

*Quando alguém te perguntar  
Se me queres bem a mim,  
Com a boca diz que não,  
Com o peito diz que sim.*

*Eu, dedicado, a adorar-te,  
Tu, inconstante, a fugir-me;  
Como tu, nada há tão vário!  
Nada há, como eu, tão firme!*

*Fez-nos Deus um para o outro,  
Deu-nos uma alma comum  
Dividiu-a em duas partes...  
Pôs metade em cada um.*

## NOTÍCIAS

### NOTÍCIAS

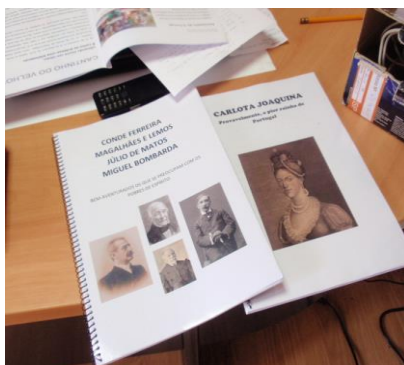
#### " O Velhote faz anos"

Mais um ano passou, sempre a registar na nossa publicação trimestral os acontecimentos mais marcantes da Instituição e da freguesia. Este ano celebramos 13 anos de vida com muitas histórias para contar. São cada vez mais os leitores assíduos que esperam pelas notícias que lhes fazemos chegar em papel ou em suporte digital. A todos eles agradecemos o apoio e as palavras de carinho que nos transmitem e da nossa parte prometemos dar continuidade a este trabalho.

#### Aniversário do Lar

No próximo dia 01 de Maio celebra 20 anos pautados por muito trabalho de toda a equipa que aqui, presta serviço, desde os corpos dirigentes às funcionárias. O objectivo é sempre o mesmo: garantir o bem estar de todos aqueles que acolhemos e recebemos na Instituição.

Desde já convidamos os elementos dos Órgãos Sociais e todas as funcionárias para virem comemorarmos esta data.



#### Coleção continua...

Recebemos do nosso prezado conterrâneo, António Rui Monteiro Amaral, professor e associado, a generosa oferta de dois livros. Um com 4 biografias de Conde Ferreira, Magalhaes e Lemos, Julio de Matos e Miguel Bombarda. "Bem aventurados os que se preocupam com os pobres de espirito" e o outro com a de Carlota Joaquina,

" Provavelmente, a pior Rainha de Portugal".

Os nossos parabéns e os agradecimentos ao benemérito.

## NOTÍCIAS

### Comemoração do Dia do Pai - 19 de Março



O como não podia deixar de ser, no dia do Pai oferecemos uma pequena lembrança aos papás residentes na nossa Instituição! A todos muitos parabéns e esperamos que tenham gostado da nossa prenda.

### Vida Religiosa "Bênção dos Ramos"

Foi como habitualmente no Domingo de Ramos, no largo da Capela de Santo António, que o Sr Padre Marco Paulo procedeu á cerimónia da bênção dos ramos. Seguiu-se a muito participada procissão até á igreja onde foi celebrada a Santa Missa.

A ressurreição do Senhor foi como o já tradicional no Domingo da Pascoela, com a missa, este ano pelas 14h antecedida da procissão.

No final o Sr. Padre acompanhado pelo Sr. Joaquim Morgado, Armando Tomás e Carlos Manuel Lázaro levaram a cruz a beijar a todos os lares que a quiseram receber. Da nossa parte vai um reconhecido bem hajam.

## NOTICIAS

### Falecimentos

A 9 de Ferreiro, faleceu no Hospital de Seia, Rosa da Ressurreição de Sousa com 85 anos, era casada com Joaquim Augusto Amaral. A extinta deixou 5 filhos, Adolfo; Delfina (emigrada nos EUA); Carma e Natércia a residirem em Almeida e M<sup>a</sup> Augusta Amaral Viegas a residir na freguesia, todos casados e ainda 15 netos e 15 bisnetos. O funeral realizou-se no dia seguinte, que incorporado por muitos familiares e amigos foi a enterrar no cemitério local.

Nos E.U.A, faleceu Celeste E.Clemente em 20 de Março com 85 anos e era viúva de Valdemar dos Santos. Os seus restos mortais vieram trasladados para Ribamondego onde foram sepultados em campa de família.

Faleceu no dia 28 de Março no Hospital da Guarda aonde tinha dado entrada porcos dias antes, com uma doença súbita e aguda e também com 85 anos a nossa menina, utente do Lar Plmira Gomes Amaral. A saudosa extinta deixa viúvo Anibal Sousa e ainda uma filha casada emigrada em França, e dois filhos ambos casados um a viver em Gouveia e o António Pedro Amaral Sousa a residir na terra, sendo este o Presidente do Conselho Fiscal da Liga dos Amigos de Ribamondego.

No mesmo dia faleceu, também utente do Lar M<sup>a</sup> Conceição Pestana com 95 anos de idade, natural de Melo. O seu funeral teve lugar no dia seguinte em Juncais, terra aonde morou durante muitos anos.

A todas as famílias enlutadas, reiteramos as nossas mais sentidas condolências.



## O Nosso Quintal

Como é do vosso conhecimento, temos um belíssimo quintal na nossa Instituição, tudo tratado com muito carinho para podermos saborear o melhor que a terra nos dá. As nossas laranjeiras são a prova disso, lindas e muito apetitosas!

### O Cemitério do além

No cemitério do além  
Uma criança chorava  
Pensando contar á mãe  
Os tormentos que passava

Ouve mãezinha adorada  
Queixumes de um filho teu  
Tenho por beijis pancada  
De outra mãe que o pai me deu

Quando eu lhe peço pão  
Mesmo á hora de jantar  
Mãezinha do coração  
Tem pão e não me quer dar

Lava-me contigo  
Antes de eu pensar  
Meu pai era meu amigo  
Mas não me tornou a beijar  
Glória Miguel  
(ex utente do Lar)

Esta noite está a chover  
Uma chuva miudinha  
Tenho de ir me acoitar dela  
Á tua porta menina  
Passo dias, passo noites  
Sempre pensando em ti  
As horas que te não vejo  
Já penso que te perdi

Mário Santos  
(utente do Lar)

Esta noite fui ao castelo  
Lá me chamaram ladrão  
Só por roubar uma rosa  
Que ainda estava em botão

Fala-me agora aqui sozinha  
Verás como ficas coradinha  
Coradinha olá ó linda  
Coradinha olá limão  
Anda cá para os meus braços  
Amor do meu coração

Hortênsia Carvalho  
(utente do lar)

A silva que nasce em casa  
Vai beber á cantareira  
A moça que é bem casada  
Sempre parece solteira

Menina da carapinha  
Que levas na mão que tão bem  
cheira  
Saudades do meu amor  
Que embarca 2ª feira

Mª Céu  
(utente Lar)

O loureiro, é pau verde  
Que rocha de nó em nó  
Tu falas para quem queres  
Eu falo para ti só

Judite

## CANTINHO DO CANTINHO VELHOTE

### **Á digna Encarregada Amelita**

De grande influência  
Com a máxima competência  
Sem ficar atrapalhada  
Resolve todos os problemas  
Sejam grandes ou pequenos  
Como se não fosse nada

Mulher de grande energia  
A trabalhar durante o dia  
Nunca se sente cansada  
E quem na sala entrar  
E nela reparar  
Pensa que é uma (grande) empregada

Todos nós a consideramos  
E como uma mãe a amamos  
Por tão bem nos tratar  
Comparo-a com o passarinho  
Que quando está no seu ninho  
Os pais comida lhe vão dar

E tudo sempre a funcionar  
Como um relógio a trabalhar  
A 3ª idade é protegida  
Pedimos a Deus para lhe dar  
E assim a compensar  
Muita saúde e longa vida

*De um inesquecível amigo  
(António Rito)*

Tanta coisa que em vida nos importa!  
Tanta coisa que a nós está ligada!  
E por fim tristemente, ela nos corta,  
Deixando-nos de repente sem nada

De tudo nos separamos, de tudo nos perdemos  
É bom enquanto amamos  
A vida que nós temos

*António Teixeira  
(Chaves)*

Noite alta, serena e fria  
Tudo calmo e sossegado  
De certo no povoado  
Nem toda a gente dormia

Nem uma folha bulia  
Na serra e no descampado  
E no azul estrelado  
A lua a caminho ia

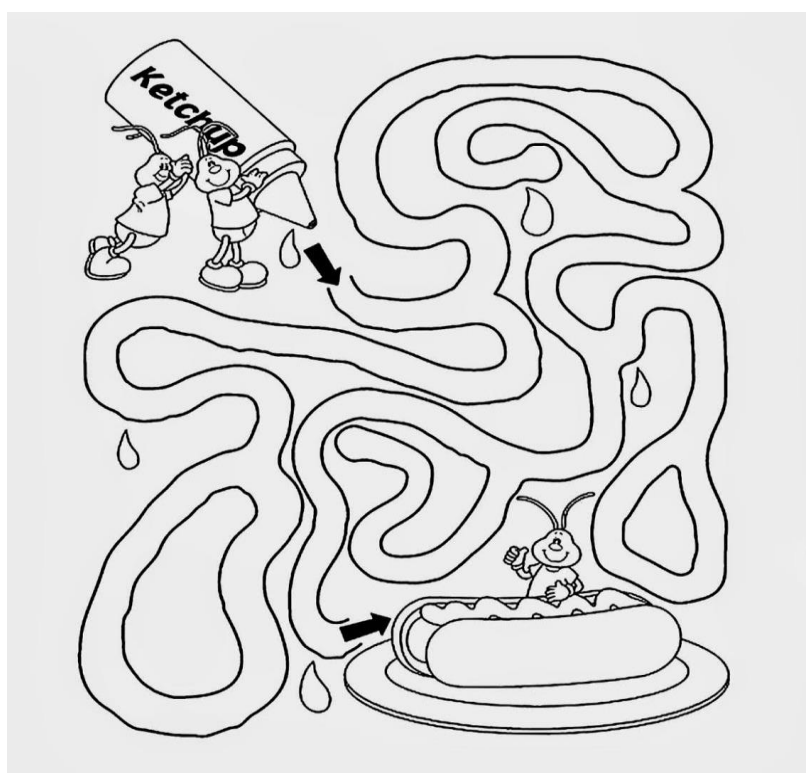
Nisto sente-se um rumores  
Um oscilar de terror  
Como vento que passou!

Um sismo moveu os braços  
E com seus tremendos passos  
A terra toda abalou!

*Novembro de 1948*

## LAZER

Descubra o caminho certo...



Descubra as palavras seleccionadas

Jardim

Lar

Televisão

Rádio

Comida

Amigos

Quarto

Sala

Dançar

Q	U	A	R	T	O	T	T	E	A	O
P	J	I	Q	S	A	L	A	N	M	Z
T	A	R	P	P	O	A	B	R	B	R
O	R	A	D	I	O	Q	L	B	A	C
E	D	A	I	O	B	A	A	R	I	O
A	I	P	P	I	J	R	R	H	O	M
A	M	D	A	N	Ç	A	R	P	U	I
B	D	O	I	R	L	J	V	O	R	D
V	O	A	Z	L	P	A	Z	P	A	A
U	J	L	R	O	U	M	M	Q	T	E
H	P	E	E	H	H	I	C	R	N	M

## ANEDOTAS

P: Como se chama aquele bocadinho de barriga que as mulheres, actualmente, costumam mostrar?

R: Chama-se faixa de Gaza...A norte ficam os montes Goulass e a Sul fica a terra prometida!

Quando não se sabe beber!...

Dois homens com uma grande bebedeira encontram-se na rua e começam a conversar:

- Escuta lá, eu conheço te?
- Não sei, moras nesta rua, eu não te conheço...
- Nem eu te conheço a ti
- Olha eu moro ali...
- O quê?? Ali moro eu...

Batem á porta aparece uma senhora que diz;

- Não têm vergonha; tal pai, tal filho!...

Numa aula

A professora diz ao aluno, que está meio a dormir:

- Pedrinho! Aqui não se pode dormir

- Pois claro, que não se pode... A senhora não pára de falar

## CURIOSIDADE

### ADIVINHAS

- Uma senhora muito esbelta, que com finos véus se aperte. Quem tiver que a despertar, muitas lágrimas, há-de chorar o que é?
- O que é que tem chapéu e não tem cabeça e tem pé mas não usa sapato?
- Qual é a coisa que quanto mais alta está, melhor se lhe chega?

S: Cebola; Cogumelo: Água do poço

### Estique a sua vida...

#### Idade em que os orgaos começam a falar

**40 Anos (Olhos):** Para prevenir doenças oculares, não fume e use oculos de sol para se proteger da radiação ultravioleta; a exposição solar e o tabaco aceleram a formação de cataratas.

**40 Anos (musculo):** Todos perdemos massa muscular e ganhamos gordura á medida que envelhecemos, devemos fazer exercicio fisico para evitar o declinio muscular.

**50 Anos (Risns):** Devemos beber muita água, uma vez que a sede diminui com a idade, evitando assim o declinio da função renal.

**70 Anos (cérebro):** Devemos fazer actividades que atraiam e estimulem o cérebro, para o manter ativo evitando a perda de facultades...

### FAZEM ANOS

