

Nesta edição

Artigo de opinião 2

Coro no Montijo

3

Sessão de
esclarecimento

Festa do Leitão

4

Ação Temática

Férias de Verão

5

6

Loja Social

6

Coro Misto

7

Em busca da felicidade



Ser feliz é o objetivo de todo o Ser Humano, mas a felicidade não cai do céu, é necessário procurá-la, trabalhá-la e cultivá-la pois não se pretende que ela seja passageira mas sim duradoura.

Ser saudável também é uma felicidade, embora nem sempre se dê o devido valor, contudo a verdadeira felicidade depende de muitos fatores.

Os bens materiais são importantes para a felicidade, mas não são tudo. A felicidade que perdura no tempo não é só baseada naquilo que se adquire ou no prazer corporal, mas também na realização emocional.

O Ser Humano pode ter um trabalho estável, dinheiro e saúde, assim como um bom casamento, amor e uma boa família e não se sentir verdadeiramente feliz.

Como não existem duas pessoas iguais, o que é a felicidade de uma não é necessariamente a da outra. Para além disto, as pessoas, com o decorrer dos anos, passam a cultivar atitudes diferentes, quer mentais ou emocionais, como seja, a entrega ao seu semelhante, a solidariedade e o bem-fazer, que poderão ser encontradas através de uma Instituição Humanitária, como por exemplo a Cruz Vermelha, onde se pode ser feliz e encontrar estabilidade emocional, prestando um serviço de voluntariado na Emergência Social e de Socorro, adquirindo-se assim uma felicidade mais constante, quase que infinita, pois para além de termos a nossa gratificação pessoal também ficamos com o sentimento de estarmos a contribuir para a Felicidade dos outros assim como para a comunidade onde nos inserimos.

César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

Natal é tempo de partilha

Opinião

Pode parecer que ainda falta muito para o Natal, mas para a Equipa Técnica da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, a preocupação com o Natal das famílias

carenciadas que acompanhamos começa com muita antecedência. Este ano a nossa maior preocupação centra-se nas crianças, crianças estas a quem as famílias não podem dar lembranças, visto que as condições económicas não o permitem.

Infelizmente o Pai Natal não existe, pois se existisse com certeza que nenhuma criança no mundo ficaria sem presentes, pois todas merecem, independentemente

do extracto social a que pertencem. Mas a vida nem sempre é justa e não podemos deixar que estas crianças fiquem sem um presente no sapatinho, pois afinal o Natal é para todos e todas as crianças merecem ser felizes.

É verdade que o espírito natalício não se deve centrar unicamente nos presentes, mas sim na partilha e na união das famílias, no entanto para as crianças que acompanhamos é importante ter um presente no sapatinho, pois estas têm que continuar a acreditar que o mundo é justo e que o Pai Natal não dá prendas apenas aos meninos ricos, que todos os meninos são especiais e todos merecem sonhar, pois só assim continuarão a lutar por uma vida melhor, pois a vontade e o sonho destas crianças é a sua maior força para alcançar um futuro melhor.

A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa não tem condições económicas para adquirir presentes para estas crianças, pelo que apela à solidariedade de todos aqueles que de alguma forma se queiram juntar a esta iniciativa. Para isso basta entregar nas nossas instalações presentes para crianças dos 0 aos 16 anos até ao dia 10 de Dezembro de 2015. Com a colaboração de todos podemos proporcionar um natal mais feliz às crianças, afinal, elas são o melhor do mundo, são o futuro, apenas elas podem tornar o mundo um local melhor no futuro. Adira a esta causa, não deixe apagar o maravilhoso sorriso das nossas crianças. Patrícia Coutinho (*Técnica Superior de Serviço Social*)

“É verdade que o espírito natalício não se deve centrar unicamente nos presentes, mas sim na partilha e na união das famílias...”



Desde 1865,
PELA HUMANIDADE.



Coro da CVP de Águeda no Montijo

O Coro Misto da Delegação de Águeda da CVP deslocou-se à cidade de Montijo, no dia 18 de Julho, para participar no "XVII Encontro de Coros". O convite foi formulado pela Sociedade Filarmónica 1º de Dezembro e o Concerto realizou-se, à tarde, no salão da referida Associação (Sala Capitão Silvério de campos), bem composto de público. Para além do "nosso" Coro, atuaram ainda o Grupo Coral de Sesimbra, o Orfeão da Associação Musical Oleirense e o Coro Polifónico Sociedade



Filarmónica 1º de Dezembro (anfitrião). Iniciou o espetáculo o Coral de Sesimbra, dirigido pelo maestro João Branco. De seguida, exibiu-se o Orfeão Oleirense, sendo seu maestro André Melo. Entrou entretanto o Coro Aguedense, com direção de Sérgio Brito e Cláudio Vaz ao piano, que encantou com um punhado de temas bem agradáveis. O maestro dedicou "Coimbra menina e Moça" ao Coro Montijense, "Manhã de carnaval" aos outros dois coros presentes e "Frimiculi, Fumiculá" a toda a assistência. Dedicou ainda uma canção a um ser familiar de Loriga (Augusto Brito) que, sendo conhecedor do Concerto em Montijo, fez questão de a ele assistir. No final, todos os Coros em palco cantaram o célebre "Canti-Corum". De registar a presença do Vice-Presidente da Câmara do Montijo, que usou da palavra agradecendo a presença de todos. O Coro Misto da Delegação de Águeda escreveu, nesta digressão, mais uma brilhante página. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

Sessão de esclarecimento sobre electricidade, gás e água



Decorreu no Auditório Veiga Camelo da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa no passado dia 30/09/2015 uma Sessão de Esclarecimento sobre "*Electricidade, gás natural e água*", dinamizada pela Dra. Adriana Rodrigues da DECO. Alguns dos principais objetivos desta sessão foram transmitidos aos beneficiários das respostas sociais da instituição algumas estratégias para diminuir as perdas e desperdícios da água e incentivar a denúncia de fugas e desperdícios de água em espaços públicos. A nível estatístico, verificou-se que anualmente há uma procura de 7.500 m³ mas 2.600 milhões são desperdiçados. O desperdício da água é resultado da má utilização dos consumidores e das perdas e fugas de água na rede pública. Podemos reduzir o consumo da água ao nível dos equipamentos e ao nível comportamental. Ao nível dos equipamentos, devemos optar por torneiras misturadoras, na substituição de uma torneira, optar por uma de menor caudal; comprar aparelhos A+++; usar programas económicos; usar testo nas painéis e usar o bico adequado às painéis. Ao nível comportamental, optar por usar água da torneira em vez da engarrafada, duche em vez de banho, fechar a torneira para lavar os dentes, fazer a barba enquanto esfrega o corpo durante o banho; verificar se as torneiras foram bem fechadas. De seguida, a Dra. Adriana ensinou todos os participantes a interpretar uma fatura de água ao nível de pagamento de água consumida, taxas e preço de serviços. Há a tarifa familiar e a tarifa social, sendo que a 1ª se adequa a famílias numerosas e a 2ª se adequa a agregados com poucos rendimentos. Os critérios para usufruir da tarifa social são os seguintes: usufruir do Complemento Solidário para o idoso ou ser beneficiário de RSI; receber subsídio de desemprego; receber a Pensão Social de Invalidez ou a de velhice. As pessoas poderão beneficiar de um desconto até 34 % na fatura da luz e 31 % na fatura do gás. Joana Heleno (*Ajudante da Ação Direta do RSI*)

Festa do Leitão à Bairrada 2015

A 22ª Edição da Festa do Leitão à Bairrada de Águeda e a 18ª Mostra de Artesanato e Gastronomia decorreu de 9 a 13 de Setembro 2015 na praça 1º de Maio e mais uma vez



contou com grande afluência de público motivado pela qualidade do cartaz, mas creemos que senão fossem os dois dias de chuva que mais gente teríamos a visitar o certame. A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa possuiu, uma vez mais um *stand* com uma Quermesse a funcionar nos dias do evento, com bens doados à instituição para o efeito, que só foi possível de funcionar com o espírito de voluntariado dos colaboradores e voluntários da instituição que se disponibilizaram. Não poderíamos deixar de expressar a nossa

gradidão a todos aqueles que, contribuíram com mais esta mostra de solidariedade. O nosso muito obrigado a todos que responderam positivamente a mais este apelo de solidariedade, num momento difícil para todos. *Carla Ferreira (Directora Técnica da Delegação de Águeda da CVP)*

“Não poderíamos deixar de expressar a nossa gradidão a todos aqueles que, contribuíram com mais esta mostra de solidariedade.”

Acabar com a indiferença.

Proteger as pessoas em movimento é uma responsabilidade coletiva.

Adira à nossa iniciativa e junte a sua voz em www.ifrc.org/protecthumanity



#ProtectHumanity



Ação Temática “Oficina de Escrita”

No passado dia 19 de Junho de 2015, decorreu na Delegação de Águeda da CVP, uma Ação Temática intitulada “Oficina de Escrita”. Esta Ação foi proposta e organizada pela Equipa do Rendimento Social de Inserção da CVP, tendo sido dinamizada pela Educadora Isabel Santiago, em colaboração com a Prof. Susana Martins. Tivemos como público-alvo beneficiários de RSI acompanhados pela CVP, assim como outras instituições do concelho. Os principais objetivos desta temática, foram promover competências básicas de escrita, e fomentar o conhecimento do alfabeto e da ortografia em indivíduos com baixa escolaridade. Revelou-se um espaço de partilha e conhecimento bastante útil para todos, e pensamos que no final todos saímos mais ricos. *Diana Oliveira (Ajudante da Ação Direta da Equipa do RSI)*

Grandes férias de Verão 2015

Os Ateliers de Desenvolvimento de Competências da Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Águeda, são antes de mais, uma forma de fomentar nos jovens práticas saudáveis e educativas nos seus processos de formação permanente, pois no período lectivo também eles participam nas dinâmicas desenvolvidas na instituição em períodos pós aulas e tardes livres. Assim, a partir das experiências vividas, quer no capítulo técnico, através dos ateliers de Serralharia, olaria, informática e fotografia, quer na componente social, os jovens desenvolvem diversas competências e consolidam a sua formação pessoal. As Férias de Verão nos Ateliers de Desenvolvimento de Competências para jovens dos 12 aos 16 anos decorreram de 8 de Junho a 18 de Setembro. Sendo este o período em que os jovens permanecem durante mais tempo na instituição é também nele que os jovens desenvolvem mais atividades e experienciam mais iniciativas. Sobre este período assentam como principais objetivos a promoção ao comportamento cívico, a sensibilização para o convívio interinstitucional, a observação e experimentação de novas experiências pessoais, sociais e culturais, sempre num contexto de enriquecimento do individuo enquanto parte da sociedade e das regras a ela inerentes. Durante estas férias letivas, os jovens têm na Cruz Vermelha uma oportunidade de realizar atividades que por impossibilidade financeira, familiar ou/e social não conseguem concretizar. É a possibilidade de usufruírem de momentos lúdicos onde de forma mais descontraída progridem rumo a novos conhecimentos. Como actividades principais durante este período destacam-se os vários percursos pedestres nomeadamente o Trilho 1 "Pateira ao Águeda", o Trilho 2 "Levadas, Valongo do Vouga", a Ecopista em Sever do Vouga e o percurso Arte Urbana no espaço AgitÁgueda. Os jovens tiveram a oportunidade de usufruir das praias fluviais do Souto Rio e do Alfusqueiro, assim como da Piscina Municipal de Águeda e uma ida à praia da Barra. Desfrutaram de tardes desportivas na Escola Adolfo Portela e no Parque da Nossa Senhora do Amparo em Travassô. Realizaram visitas de estudo às empresas Pecol, Revigrés e Caves Aliança. A visita ao Gabinete de Apoio ao Múncipe para a exposição de árvores 3D, a participação do Workshop "velas em óleo alimentar" que teve lugar na Escola E.B. 2,3



2 "Levadas, Valongo do Vouga", a Ecopista em Sever do Vouga e o percurso Arte Urbana no espaço AgitÁgueda. Os jovens tiveram a oportunidade de usufruir das praias fluviais do Souto Rio e do Alfusqueiro, assim como da Piscina Municipal de Águeda e uma ida à praia da Barra. Desfrutaram de tardes desportivas na Escola Adolfo Portela e no Parque da Nossa Senhora do Amparo em Travassô. Realizaram visitas de estudo às empresas Pecol, Revigrés e Caves Aliança. A visita ao Gabinete de Apoio ao Múncipe para a exposição de árvores 3D, a participação do Workshop "velas em óleo alimentar" que teve lugar na Escola E.B. 2,3

“Em especial destaque a organização do V Encontro de Jovens que reúne anualmente centenas de jovens de várias Instituições IPSS no Parque do Souto Rio e a participação no concerto OPÁ que teve lugar no AgitÁgueda...”

Valongo do Vouga e a participação no Jornalix no espaço Turismo de Águeda. Os jovens participaram também numa sessão fotográfica que teve lugar na Quinta Cheiro de Alecrim e usufruíram de uma sessão de cinema na Fundação Dionísio Pinheiro. Em especial destaque a organização do V Encontro de Jovens de Águeda que reúne anual-



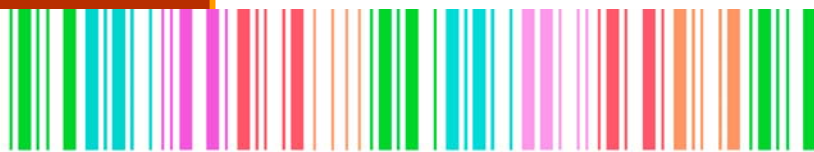
mente centenas de jovens de várias IPSS's no Parque do Souto Rio e a participação no concerto OPÁ (Instrumentos de Percussão) que teve lugar no AgitÁgueda. Paralelamente a todas as atividades desenvolvidas no exterior da instituição existe um trabalho prático desenvolvido nos ateliers onde os jovens têm a oportunidade de se envolverem em variadíssimos projetos individuais e de grupo. Os de maior impacto foram a construção dos jogos tradicionais para o V Encontro de Jovens e a construção de uma jangada, ambos os projetos desenvolvidos tendo em conta o reaproveitamento e reciclagem de materiais. As férias de Verão reflectem três meses de inúmeras atividades repletas de intensidade e dedicação que a Equipa dos Ateliers e a sua Coordenação depositou no Plano de Férias deste ano. É a partir destas vivências que cimentamos o presente e projetamos o futuro dos jovens que frequentam os Ateliers da Cruz Vermelha Portuguesa de Águeda. Israel Geraldès (*Monitor de Olaria da CVP de Águeda*)

Notícias da Lojinha...

A Loja Social da Cruz Vermelha, comemorará no próximo mês de Novembro o seu segundo aniversário. Durante este último ano, alteramos as nossas instalações, no entanto o nosso propósito não se alterou. Continuamos a querer ajudar a população

local através da venda de produtos novos a preços simbólicos. No entanto, para podermos continuar a trabalhar no nosso objetivo, necessitamos da ajuda de todos, tanto de particulares como de empresas, através da doação de bens e de visitas frequentes à loja. Assim sendo,

continuamos a aguardar a sua visita entre as 14:00 e as 18:00 de Segunda a Sexta. Visite-nos e venha conhecer a variedade de produtos que temos para si a preços simbólicos. Agradecemos novamente a todos aqueles que tornam possível a existência da nossa loja. E não se esqueça: Ajude-nos a Ajudar.... Agora na Rua Tenente Coronel Albano de Melo, Nº 129. Carina Veiga (*Técnica Superior de Serviço Social*)



LOJA SOCIAL

**Horário de Funcionamento:
segunda a sexta**

Segunda a Sexta: 14h - 18h

Coro da Cruz Vermelha no AgitÁgueda



À semelhança de anos anteriores, o Coro Misto da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa esteve representado no já célebre certame AgitÁgueda, que se realizou na cidade de Águeda de 4 a 26 de Julho de 2015. O objectivo desta participação é dar a conhecer ainda mais esta vertente cultural da Delegação, mas também (porque não dizê-lo) a angariação de fundos para ajudar nas despesas quotidianas do coro. Saliente-se a colaboração de grande parte dos coralistas e de alguns amigos, que não regatearam esforços para que tudo decorresse da melhor maneira. Um aplauso também para quem colaborou frequentando a tasquinha para se deliciar. A presença registou-se entre os dias 19 e 26 do corrente mês. A todos um bem-haja. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

Coralista da CVP no “Preço Certo”

No dia 17 de Junho. Elísio Mário Silva, Coralista do Coro Misto da Cruz Vermelha Portuguesa - Águeda, concorrente seleccionado para o Programa da RTP, “preço Certo”, deslocou-se a Lisboa, a fim de participar no mesmo. Foi acompanhado por uma “claque” de cerca de duas dezenas de amigos, a esmagadora maioria também cantores no referido Coro Misto, incluindo o Maestro. Ganhou e trouxe consigo um computador, uma impressora multi-funções e uma enorme ventoinha, que tanto jeito faz neste tempo escaldante que atravessamos. Um bem-haja à D. Fernanda Silva, que organizou a deslocação do grupo e também à junta de Freguesia da Trofa pela cedência do transporte. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)



Coro da CVP em Covilhã



O Coro Misto da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa rumou à bela cidade serrana da Covilhã, no dia 4 de Julho, a fim de participar num Festival de Coros Polifónicos, designado “Maio Music’all/2015”. Colaboraram ainda o Orfeão da Covilhã (anfitrião) e o Orfeão de Portalegre, tendo sido o convite formulado pela Direcção do Orfeão da Covilhã. O concerto teve lugar no teatro Municipal da

Covilhã (edifício antigo, mas de arquitectura arrojada) e iniciou-se com a exibição do coro local, que, sob a batuta do maestro Paulo Serra, interpretou alguns temas bem trabalhados. Seguiu-se o “nosso” orfeão, dirigido pelo maestro Sérgio Brito, com Cláudio Vaz ao piano. Cantou sete peças de alto nível artístico. O maestro dedicou uma canção ao orfeão local, outra a toda a assistência e uma terceira ao orfeão de Portalegre, todas fortemente aplaudidas. Encerrou o Festival o Orfeão de Portalegre, dirigido por Domingos Redondo, com muito agrado. Seguiu-se a troca de galhardetes e o habitual lanche/convívio, bem animado. Bem podemos afirmar, em abono da verdade, que o coro da Cruz Vermelha de Águeda elevou, uma vez mais, a Instituição a que pertence. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

Ação Social:

16, 17 e 18 Outubro - Recolha de Géneros Alimentares a nível nacional CVP/SONAE

22 de Dezembro - Festa de Natal da Instituição

Cultural:

11 de Outubro - Encontro de Coros em Pombal

18 de Outubro - Concerto na Catedral de Santiago de Compostela

24 de Outubro - Encontro de Coros em Pevidém - Guimarães

14 de Novembro - Concerto organizado pela Santa Casa da Misericórdia no CEFAS em Águeda

12 de Dezembro - Concerto a convite da Banda Quinta do Picado (Aveiro)

SEJA SÓCIO DA DELEGAÇÃO DE ÁGUEDA DA CRUZ VERMELHA

Ajude-nos ajudar



Av. Calouste Gulbenkian nº24
3750 - 102 Águeda
Portugal

Telefone: 234 602 642

Fax: 234 602 699

Telemóvel: 963 136 799

Site: <http://agueda.cruzvermelha.pt>

E-mail: dagueda@cruzvermelha.org.pt

Grafismo e composição: João Lemos

Redactor principal: Carla Ferreira

Colaboradores principais: César Marques,
Wilson Abrantes, Israel Geraldes, Patrícia
Coutinho e Diana Oliveira, Joana Heleno e
Carina Veiga

Boletim Informativo

Impressão: Joartes

Tiragem: 250 exemplares

Publicação: Trimestral

Distribuição gratuita

Apoios

