



RESIDENCIA

Santiago Apóstol

A Associação Recreio dos Anciãos é uma entidade filantrópica sem fins lucrativos • Setembro de 2019 • Nº 15

A CONQUISTA DE UM SONHO...

Um grande legado deixado para o futuro da nossa
Instituição – a construção da piscina.

► Página 8 ◀





ASSOCIAÇÃO RECREIO
DOS ANCIÃOS
PARA ASILO DA VELHICE
DESAMPARADA

RESIDENCIA
SANTIAGO APÓSTOL

SUMÁRIO

3	EDITORIAL
4	HISTÓRIAS DE CADA UM
8	A CONSTRUÇÃO DA PISCINA
11	ATENDIMENTO PSICOLÓGICO
14	VISITA
15	HORA DO RECREIO

DIRETORIA 2018-2020

PRESIDENTE:	Regina Jallas Suárez Figueira
VICE-PRESIDENTE:	Esther Perez Duran
SECRETÁRIA:	Lucia Maria Otero Suárez
VICE-SECRETÁRIA:	Mercedes de Fátima Diz Martinez
TESOUREIRA:	Rosa Maria Dapoza Alvarez
VICE-TESOUREIRA:	María Tomé Romero
PROCURADORA:	María da Luz Rodrigues Casal
VICE-PROCURADORA:	Lygia Maria Gomez Conde
ZELADORA:	María Laura Fernandes Trians
VICE-ZELADORA:	Maria Clinete Sampaio Lacativa

MORDOMOS TITULARES:

Camilo Cuquejo Suárez	Carlos Henrique Daposa Álvarez
Daniel Loureiro Velay	Honório Pousa Portela
Jose Ramon Romero Antelo	Juan Alvite Iglesias
Manuel Arosa Brenlla	Manuel María Casal Quintans
Rosa Millan de Brito	Ramon Alvite Iglesias
	Sonia Antelo Ramos Lois

MORDOMOS SUPLENTES:

Francisco Antonio Guede Rivas	José Manuel Caamaño Moreira
María Elsa Fuentes Abal	Manuel Fariña Lois

CONSELHO FISCAL:

Titulares:	Comissão Feminina:
Camilo Cuquejo Suárez	Lucia Maria Otero Suárez
Daniel Loureiro Velay	Lygia Maria Gomes Conde
Manuel Arosa Brenlla	María Elsa Fuentes Abal
Suplentes:	Mercedes de Fátima Diz Martinez
Honório Pousa Portela	Rosa Millán de Brito
Jose Ramon Romero Antelo	Purificación Rodriguez Gomes
Ramon Alvite Iglesias	

RESIDENCIA SANTIAGO APÓSTOL:

Rua Conde de Bonfim, 1.098 – Tijuca – Rio de Janeiro, RJ
CEP 20530-003 – Tel.: (21) 3238-9700 – recreio@centroin.com.br
www.recreiodosanciãos.com.br

COORD. EDITORIAL:

Debora Mathias
Beatriz Millán

JORNALISTAS:

Lourdes Pacheco
Alexandre Peconick

REVISORA:

Márcia Lessa

FOTOS:

Institucionais

PROJETO GRÁFICO:

Agência 2A Comunicação

TIRAGEM:

1.000 exemplares

EDITORIAL



CAROS LEITORES...

Com muita alegria chegamos aos 79 anos de fundação desta instituição, cada dia mais moderna, procurando dar o melhor para todos nossos residentes. Agradecemos à todas as Diretorias anteriores e a todos que atualmente contribuem ou já contribuíram de alguma forma na administração, fazendo com que este sonho do nosso fundador continue sendo uma realidade!

Esta edição trás uma grande novidade na estrutura da casa para todos: a construção de uma piscina moderna e adaptada aos idosos, para que nossos residentes tenham cada vez mais conforto e segurança em viver conosco, além de promover a saúde e bem-estar.

Como sempre, são lembrados os bons e alegres momentos vividos durante o ano além de apresentarmos o trabalho da psicóloga Carina Suzarte, que há 5 anos vem desenvolvendo o autoconhecimento e elevando a autoestima dos nossos residentes.

...BOA LEITURA!

HISTÓRIAS DE CADA UM



Eterna Juventude Expressa na Dança

María Del Carmen de la Asunción Serrano Berrio é uma espanhola de 68 anos com uma alegria de encantar a todos. Ela, que trabalha confeccionando figurinos para peças de teatro e apresentações de circo, ama dançar e tem facilidade de fazer amizades e de se adaptar a qualquer lugar que vá morar. A facilidade se potencializa se esse local for o mesmo onde o pai morou por 16 anos e a mãe foi acolhida em 2003: o Recreio dos Anciãos. “Faz apenas três meses e parece que estou aqui há 10 anos!”, admira-se a nossa mais nova moradora.



A decisão de vir morar no Recreio dos Anciãos foi dela, mas veio de supetão, tanto que o filho dela tomou um susto quando, em uma manhã, desavisadamente, María Del Carmen acordou, ligou para ele e disse: “Cansei! Tô indo!”. Tudo aconteceu rápido. Ela compareceu ao Consulado Espanhol dizendo que precisava de ajuda e seus funcionários lhe conseguiram um quarto no Recreio dos Anciãos. Em seguida, a costureira retornou para casa e lá encontrou o filho atônito, que quase perdeu a cor quando ela lhe confirmou que viria para o Recreio, seu novo lar, no dia seguinte. “Expliquei a ele que sabia do fato de que um dia viria para cá, só que ele não sabia que seria tão de repente”, revela.

O filho de María Del Carmen já está mais tranquilo. Atualmente visita a mãe com frequência e a recebe nas datas comemorativas. A relação dela com a nora do filho é muito boa.

“Quase tudo permanece igual”

Esta recente moradora do Recreio dos Anciãos se sente literalmente em casa. Participa de todas as atividades e sai à noite para as aulas de samba de gafieira na academia onde faz curso de dança.

No quarto que ganhou no Recreio mantém sua máquina de costura. Atualmente está fazendo nada menos do que 20 figurinos pra uma peça de teatro. “Quase tudo permanece igual, só mudei de endereço”, diz María Del Carmen com um indisfarçável sorriso. Na verdade, como ela reconhece, mudaram alguns horários... Em função de sua rotina de trabalho com o teatro e o circo, ela recebia amigos para jantar em casa; além disso, hospedava com alguma frequência uma amiga sua que mora no exterior. Isto não faz mais parte da realidade dela; mas, por outro lado, se diz feliz por ter uma ótima estrutura de apoio que lhe tire a preocupação de ter que fazer comida e lavar a roupa. “Estou supertranquila aqui!”, celebra María Del Carmen.

Uma parcela generosa dessa tranquilidade atende pelo nome DANÇA, paixão antiga. No Recreio dos Anciãos faz aula de Dança com o professor Moisés, de quem afirma “gostar muito”, além de também praticar pilates, ginástica e de manifestar o desejo de em breve poder fazer exercícios de memória.

“Sempre que tem baile eu adoro dançar. Algumas pessoas mais idosas, que antes estranhavam meu jeito, depois de me verem dançar, vêm me abraçar dizendo que foi lindo e as fiz se lembrarem de quando eram mais jovens e dançavam”, conta María Del Carmen. Ela acredita que essas pessoas estão vendo e descobrindo um lado diferente dela, que ela mostra por meio da dança, expressando a sua alegria de viver.

O sua veia artística também pode ganhar asas no teatro que existe dentro do Recreio dos Anciãos, mas na ocasião desta reportagem ela confessava que embora sendo “maravilhoso o teatro”, ainda não sabia como funcionava a sua ocupação. “No futuro poderei até trazer o pessoal da academia de dança e do teatro para apresentações, mas vamos ver”, projeta a hóspede.

“Sou um pouco estourada”

Mas a energia para dançar no novo lar não veio de imediato. Pelo fato de estar na Casa há apenas três meses, nossa hóspede, inicialmente optou por tirar o que chamou de “período de férias”, apenas descansando, “não pensando em nada”. Em um momento seguinte ela ficou doente, teve uma crise lombar e não conseguia mexer as pernas. A equipe do Recreio dos Anciãos a levou para um hospital, onde o filho ficou com ela. Foram 15 dias de tratamento intensivo, com o importante auxílio da equipe médica do Recreio. “A fisioterapeuta me visita diariamente até hoje. Mesmo tendo plano de saúde, se estivesse em casa, não teria o mesmo apoio”, assegura María Del Carmen. Como ela mesma costuma dizer, sua cabeça é jovem, mas o corpo já não acompanha o mesmo ritmo. “Sozinha, eu já desmaiei em casa e lá fiquei”, revela.

Muito bem integrada com todos na Casa, ela também costura para os outros idosos. Duas questões com as quais ela confessa ter dificuldade em se acostumar são a dos horários definidos para tudo e a “cabeça” de alguns residentes, especialmente, como ela considera, a dos mais idosos. “Penso rápido, sou objetiva. Tenho que me acostumar com outro ritmo. É tudo muito diferente! Está sendo um teste de paciência para mim, pois sou um pouco estourada”, admite María Del Carmen. Se algo a desagradar, ela logo desabafa, resolve e fica tudo numa boa.

A mãe dela, que morou no Recreio dos Anciãos, também tinha o mesmo temperamento. María conta que sua progenitora era artista, cantava, tocava castanholas, violino, também trabalhava com moda e tinha uma maneira de pensar bastante jovem. “Soube que, às vezes, “fechava o tempo” com ela por aqui”, diverte-se a filha ao lembrar.

Nascida em Madrid, capital espanhola, María Del Carmen veio morar no Brasil aos quatro anos de idade, em uma viagem de navio junto com a irmã e a mãe. Os cinco anos de idade da pequena María foram completados, segundo informação de sua mãe, quando o navio cruzava a Linha do Equador. Mesmo antes delas, o pai de María havia vindo e se estabelecido em Petrópolis (RJ). Durante algum tempo a família toda respirou os ares da serra, mas logo se mudaram para Copacabana, onde María lembra ter morado até os seus 17 anos; a partir daí residiram em vários outros bairros do Rio de Janeiro.

María Del Carmen casou-se com um brasileiro, com o qual teve duas filhas e um filho. Atualmente ela tem quatro netos, com, respectivamente, 19, 17, 14 e 7 anos. Uma de suas filhas mora na Suécia – que lhe deu uma neta sueca –, a outra mora na Espanha e seu filho continua morando no Rio de Janeiro.

Ela assegura estar agora passando por uma fase bem tranquila de sua vida e, por este motivo não aceitou o convite para participar do Grupo da Psicóloga Carina. “Embora seja um grupo de autoconhecimento, creio que, para mim, ainda não seja o momento”, justifica. María reconhece que já precisou muito de apoio, afinal é uma pessoa sozinha que criou os filhos sem pensão e trabalhando em cima da máquina de costura.

“Não tenho do que reclamar! Aqui brinco, danço, trabalho e tenho ótima estrutura de apoio! São todos uns amores, da cozinha, passando pela administração em geral à diretoria. Só estou esperando a piscina ser inaugurada (à época desta reportagem ainda não estava) para poder nadar”, finaliza.

HISTÓRIAS DE CADA UM



O Vovô do Ano

O curto período de sete meses em que Carlos Gil está residindo no Recreio dos Anciãos/Residência Santiago Apóstol já é mais do que suficiente para ele ter uma certeza: sua felicidade é plena não apenas por ter encontrado um novo lar, como por se sentir no lar ideal para a sua atual fase de vida. Muito bem humorado e sempre brincando com qualquer situação, este avô de quatro netos, aos 75 anos, já conquistou a amizade de todos a ponto de ter o que ele mesmo admite ser um fã-clube informal lhe rendendo o carinhoso título de “Vovô do Ano”. “Há outros residentes mais antigos, mais velhos, que seriam merecedores deste título; mas fiquei contente”, admite ele, com certa humildade.



A alegria de ter um lar acolhedor que renovou sua vitalidade só confirma o que, aliás, Carlos Gil já amplamente conhecia sobre o Recreio dos Anciãos. Segundo o nosso residente, houve dois fatores anteriores à sua matrícula que o influenciaram muito em sua escolha. O primeiro foi o fato de uma de suas avós ter passado muito tempo nesta Casa. Já o segundo significou uma lembrança difícil ao lado de sua mãe, que passou por um problema de saúde durante 17 anos. Houve dificuldade em se conseguir os cuidados mais adequados a ela. Para os

dois casos citados o ambiente do Recreio dos Anciãos foi decisivo.

O sentimento de solidão, no entanto, precipitou a decisão de Carlos Gil em procurar uma casa de idosos a qual ele pudesse chamar de lar. Há pouco mais de um ano, a então esposa de Carlos adquiriu o Mal de Alzheimer. O casal começou a passar por problemas e, mesmo após um casamento de 30 anos, a separação tornou-se inevitável. Carlos saiu de casa, ficou um breve período morando com uma filha e depois foi, sozinho, para um quarto alugado. Durou pouco tempo. Ao conversar com essa filha, ambos chegaram à conclusão de que ele estaria mais feliz, e melhor assistido, em uma casa de idosos. Ato imediato à decisão, Carlos disse sem pestanejar: “Só se for para o Recreio dos Anciãos!”

“Deixando as coisas do meu jeito”

A mudança aconteceu já no dia seguinte ao encontro com a filha. Embora, ainda com o sentimento de tristeza no coração, pois havia menos de um ano da separação, aquele dia foi um divisor de águas na trajetória de Carlos Gil. Da vida que “estava um tumulto”, como ele reconheceu, passou para o momento de poder fazer mudanças positivas e dar a sua identidade ao novo lar.

“Gostei muito de ver em minha chegada um quarto confortável no qual tenho liberdade para fazer mudan-



ças e arrumações que o deixem do meu jeito”, revelou Carlos Gil, que admitia estar no momento dessa reportagem tentando convencer alguns de seus colegas residentes a realizar atividades externas como a de sair para jantar fora. “Aqui temos completa liberdade para sair, devagarzinho vou conseguindo convencer cada um, mesmo porque, de modo geral, as pessoas são bastante acomodadas”, afirma. Em tom de brincadeira, ele diz que os idosos que dão uma saidinha “batem o ponto”, mas enfatiza que a questão de “avisar a hora da chegada” é benéfica à segurança de todos.

Ele mesmo, Carlos Gil, dá a sua “saidinha” sempre às quartas-feiras no horário do almoço em que consegue fazer esta refeição ao lado da filha que é médica. “Médica tem rotina puxada, fica complicado arranjar tempo para visitas, mas conseguimos almoçar em um restaurante em frente ao hospital onde ela trabalha. Nos encontramos e conversamos. Está sendo uma experiência muito boa para mim”, assegura.

“Casa de tão elevado nível”

Experiências maravilhosas no cotidiano deste senhor de 75 têm sido as atividades internas do Recreio dos Anciãos. Carlos Gil já fez ginástica, atualmente faz pilates (para corrigir um problema físico na perna e fortalecer os músculos), trabalhos manuais com

bambu e participa, há pouco tempo, do Grupo de Conversas com a Psicóloga Carina. “Apesar de não ser uma profunda terapia de grupo, dá margem a refletirmos sobre vários temas”, opina ele sobre sua mais recente atividade.

Carlos sempre se considerou muito religioso; já tendo atuado em cursilho, foi dirigente de encontros de casais e encontros de jovem; mas depois de sua separação, no entanto, revela ter se afastado. “Às vezes, uma pessoa fala: Não tenho pecados. Eu acho este tipo de declaração bem própria da velhice”, diverte-se. No Recreio dos Anciãos, Carlos até segue as orações, porém admite não ser assíduo na frequência às missas. Ele acredita em tudo, mas define ter a sua crença e prefere fazer suas orações isoladamente. “Minha religião está na verdade voltada a fazer o bem; é que em algumas coisas sou meio indisciplinado mesmo”, esclarece.

O nome Carlos Gil enseja ligarmos ele a uma descendência espanhola, mas o nosso personagem desta reportagem diz não ser de origem ibérica. Ainda assim, faz questão de elogiar e citar como uma grata surpresa todo esse apoio que o Governo da Espanha destina a esta instituição, transformando o Recreio dos Anciãos no que ele classifica como “uma casa de tão elevado nível”; a sua casa.

MÃOS À OBRA



Piscina: o antigo sonho está sendo realizado

Uma piscina com arquitetura e funcionalidade totalmente adaptadas à prática de exercícios físicos dos idosos começa a tomar forma no Recreio dos Anciãos e será inaugurada em novembro. O uso será exclusivo aos residentes. Sonho? Não, agora é real. O antigo sonho desta e de outras diretorias ganhou caráter palpável por meio de um abaixo-assinado promovido pelos residentes, desejosos de fazer exercícios de hidroginástica e hidroterapia.

Impulsionada por cada assinatura a Diretoria aprovou a construção, apesar da magnitude e alto custo da obra. “Nesse sentido, todos os recursos são bem-vindos e agradecemos, de coração, todas as ofertas beneméritas que chegarem à nossa Casa”, conclama Regina Jallas, Presidente da Residência Santiago Apóstol/Recreio dos Anciãos.

Após cerca de 90% de outras obras da atual gestão já executadas, a tão esperada construção da piscina havia entrado em pauta, mas a persistente crise econômica chegou a convencer a diretoria a decidir por um recuo estratégico. Prevaleceu, no entanto, a

vontade e necessidade da maioria dos residentes.

“O mais importante nem é a data da inauguração, mas a execução bem feita da obra, atendendo ao que pretendemos”, enfatiza a Presidente. Quando foi imaginada uma piscina para o Recreio, não se priorizou algo de grande dimensão, de manutenção custosa e muito menos um lugar para se torrar ao sol. Desenhada pelos arquitetos contratados pela diretoria, e autores de todos os projetos de obras no Recreio dos Anciãos desde 2010, o projeto contempla assentos, vários equipamentos especiais e duchas para acionar os músculos; enfim, um lugar onde os residentes possam aliviar suas dores musculares e realizar o tratamento ideal para diversas doenças próprias da terceira idade.

Segundo a diretoria, a piscina seguirá a mesma harmonia arquitetônica com as demais obras já realizadas nos últimos nove anos. “A verdade é que, aos nossos olhos, o Recreio está muito bonito, em parte graças a eles, que têm toda a nossa confiança”.

ANCIÃOS



Placas solares? Quem sabe...

Visando o benefício dos idosos, público usuário da piscina, a água será aquecida, na verdade, um pouco temperada, transmitindo sensação de bem-estar. O ideal seria a utilização do aquecimento solar. Há espaço suficiente para a instalação de placas solares, mas o custo inicial da execução desse tipo de energia é muito alto e assusta um pouco. Dessa forma, em um primeiro momento, optou-se por outra tecnologia de aquecimento. “Quem sabe alguma empresa espanhola de energia solar leia esta reportagem e, no futuro, resolva nos ajudar”.

Segurança e qualidade acima de tudo. Para a construção da piscina, foram convocadas três empresas e, entre elas, a escolhida foi aquela que melhor atendia às necessidades estabelecidas no projeto. Todas as decisões importantes da Casa, são tomadas em conjunto, por meio de reuniões de diretoria e o tema da construção da piscina não foi diferente.

As reuniões prosseguem, inclusive, para decidir como serão as normas e procedimentos que irão reger o uso da piscina. “Ainda teremos várias reuniões com a equipe médica e o pessoal especializado em atividades aquáticas para definir horários e atividades”, prevê. A ideia é aproveitar da melhor forma possível o resultado dessa nova obra. Já está decidido, por exemplo, que as atividades aquáticas deverão ser organizadas por monitores a serem contratados. O que ainda não foi determinado e aprovado pela Diretoria é, como serão custeadas.



Toda a atual Diretoria da Residência Santiago Apóstol/Recreio dos Anciãos se consideram muito felizes em poder estar oferecendo aos residentes mais esta obra que, como já se observa, desde o seu início trata-se de uma construção muito cuidada em todos os seus detalhes, organizada com esmero, dedicação e, acima de tudo, seriedade. “Foram muitas horas de trabalho e esforço analisando todos os prós e contras dessa construção”, analisa a Presidente.

O valioso legado das Diretorias anteriores

O legado desta importante obra, entretanto, não deve ser relacionado, segundo Regina Jallas, apenas à atual Diretoria. Ela nos conta que esse SONHO também foi acalentado e projetado pelas diretorias antecessoras.

A construção de uma piscina é apenas a ponta final de um processo, longo, cheio de desafios. A Residência Santiago Apóstol/Recreio dos Anciãos teve a sorte de contar com Diretorias abnegadas que mantiveram consigo o propósito de administrá-la da melhor forma possível para poder oferecer condições de excelência de vida aos residentes.

Dentro desse panorama de “administrar bem”, ela explica que, durante muito tempo, as ne-

cessidades foram outras, como a construção da linda Capela ou mesmo sanar as finanças. Inicialmente, as diretorias tinham de colocar e manter as contas operacionais em dia antes de pensar em investimentos de modernização. A Casa passou por tempos até mais difíceis do que o atual, mas seus diretores conseguiram superar os obstáculos com muito esforço. “Por tudo isto temos que reconhecer o grande legado deixado por essas pessoas que nos antecederam em seus cargos”, afirma.

Antes mesmo de pensar em uma piscina, como revela Regina Jallas, quando a atual diretora tomou posse em 2010, a Casa acabara de completar 70 anos e clamava por uma reforma estrutural completa com obras mais prioritárias, ou seja, as novidades (como a piscina) teriam que ficar pra depois. Como a entrada da Casa era pequena, a Diretoria recém-empossada decidiu pela criação de uma recepção grande e espaçosa, onde as pessoas pudessem esperar com mais conforto. “Foi um período de muita dificuldade, pois tocamos no coração da Residência”, traduz.

Superados todos os percalços, agora às vésperas da Casa chegar aos seus 80 anos sua Presidente crê que a facilidade de ter uma sede bonita e uma piscina multifuncional e confortável irão ainda proporcionar o usufruto dessas novas instalações a muitos idosos. Objetivo da diretoria é proporcionar cada vez mais maior conforto e qualidade de vida aos residentes. “Se Deus quiser”, aposta.



ATENDIMENTO PSICOLÓGICO



Apoio psicológico melhora autoestima e ajuda a lidar com a solidão



A atividade de reunir-se em grupo e poder compartilhar experiências com os demais residentes tem ajudado os idosos a aprimorar a autoestima e a lidar de uma forma mais equilibrada com o desafio da solidão. A psicóloga Carina Suzarte realiza há cinco anos no Recreio dos Anciãos esse trabalho de grupo em sessões semanais de 90 minutos, sempre às sextas-feiras, com o foco voltado ao autoconhecimento.

Não se trata propriamente de uma terapia em grupo. Segundo a psicóloga, cada idoso participa voluntariamente para debater temas apresentados por ela em textos e conversas. “Fazemos algumas dinâmicas. Sempre digo que, se alguém quiser dividir com todos alguma experiência que esteja vivendo, e se todos do grupo concordarem, podemos conversar a respeito”, descreve Carina.

O resultado e o impacto do trabalho que a psicóloga observou ao longo desses anos, têm sido, na avaliação dela, fundamentais para elevar a autoestima e o autoconhecimento, pois o

aprendizado em uma interação, ou seja, conversa, é para os dois lados, não importa a idade que a pessoa tenha. “Se eles pensam que aprendem alguma coisa comigo, eu é que aprendo muito mais com eles ouvindo suas experiências e o seu conhecimento. Desse modo resgatamos a autoestima, incentivamos as pessoas a se arrumarem, a conviverem com seus colegas”, enfatiza a psicóloga. No Recreio dos Anciãos ela conta que tem sido comum ouvir: “Não tem nada para fazer à noite”; no que ela, prontamente responde: “Combina com os colegas, desce, se reúne para conversar, interagir. Peçam uma pizza, vejam um filme”. Para a psicologia, só fica realmente sozinho em seu quarto quem quer isso.

Aberto a todos os residentes, o grupo é frequentado por aqueles que realmente apresentam muito interesse, em geral, os participantes são sempre os mesmos. Alguns costumam até mandar mensagens no Facebook para a psicóloga para confirmar presença e manifestar o desejo de abordar determinado tema na próxima sessão. Na linha de raciocínio de Carina, aliás, o ideal é que o grupo tenha mesmo no máximo 15 residentes para que todos tenham a oportunidade de interagir.

“Conversa e amizade para vencer a solidão”

Carina revela que um dos melhores resultados desse trabalho de busca do autoconhecimento está em ajudar os idosos a lidar com a solidão, um sentimento, em geral, muito comum e intenso nessa fase da vida. “De um modo geral, idosos sentem solidão e precisam de atenção, pois essa solidão acarreta problemas psicológicos”, esclarece.

Para exemplificar, a psicóloga conta que frequentemente quando visita um quarto de algum idoso que apresenta um problema de saúde, eles conversam e, quando se despedem, ela costuma dizer “Na próxima sexta-feira eu volto”. Eles dizem: “Você vai voltar mesmo?”. Carina responde afirmativamente e jamais se esquece: na se-

mana seguinte ela está lá visitando outra vez, dando atenção, conversando, recuperando um pouco da confiança e da autoestima daquela pessoa.

A amizade também é um excelente remédio que a vida apresenta para vencer a solidão. A psicóloga lembra-se do ótimo exemplo de duas senhoras que se conheceram nas dependências do Recreio dos Anciãos, tornaram-se muito amigas e, hoje em dia, uma frequenta a família da outra. Quando uma sai, jamais deixa de levar a outra junto. Recentemente aconteceu o aniversário de uma delas e a família da outra veio comemorar. “Eu acho isso muito bom, pois os idosos vão conhecendo pessoas da sua faixa etária com vivências parecidas e apoiam uns aos outros”, argumenta.

Realizando o seu trabalho com extremo carinho e amor, conforme gosta de frisar, Carina Suzarte não se limita às sessões de 90 minutos. Às sextas-feiras ela fica praticamente o dia inteiro no Recreio, encontra as pessoas na hora do almoço, combina de “dar uma passadinha” e também atende a casos particulares, fazendo terapia a pedido do próprio residente ou da família quando ela vê necessidade desse tipo de atendimento. Não raro, ela ouve: “É, eu fiquei te esperando...”. “Imagina se não vou lá dar uma satisfação...”, justifica a psicóloga.

Nos últimos meses, Carina tem desenvolvido um trabalho mais amplo para a Casa. Além do grupo, ela tem se dedicado a conversar com algum idoso em particular quando ele não desce muito para participar das atividades ou porque está passando por alguma doença. A Administração sinaliza a necessidade específica e ela procura a pessoa.

“Todos têm problemas, pequenos ou não”

Houve o caso de um residente cujo sobrinho pediu à Carina que o atendesse em separado. Tão logo a psicóloga chegou ao seu quarto ele já foi dizendo: “Vou logo falando que não sou doido...”. Com seriedade e serenidade no olhar ela rebateu: “Vou logo falando que eu não atendo gente doida”. Não demorou nada para que ele começasse a rir e a conversa entre ambos começou a fluir de uma forma legal. “Foi ótimo!”, lembra a psicóloga.

O preconceito bem comum ainda liga a atividade do psicólogo a uma pretensa exclusividade de tratar com a loucura, porém isso não incomoda a Carina, que costuma “tirar de letra” qualquer reação nesse sentido. Recentemente ela conta um caso de uma pessoa do grupo que chamou outra residente para participar e ouviu dela o seguinte: “Vou lá fazer o quê? Não preciso de psicólogo não...”.

De acordo com a psicóloga do Recreio, muitos não entendem que todos nós precisamos de apoio e de autoconhecimento e que temos problemas, pequenos ou não. Nessa direção de apoio, de suporte, o trabalho do psicólogo é fundamental para os idosos e até mesmo para as famílias, explicando a elas como funciona essa fase da vida.

Um fato comum, descrito por Carina é o do idoso não querer preocupar os filhos, retendo problemas que poderiam ser solucionados com uma boa conversa. Resultado: por vezes o idoso está passando mal, o filho liga para ele em busca de notícias e ele simplesmente diz: “Estou ótimo, meu filho”. Quando o filho vem visita-lo, vê que não é essa a situação e cria-se um pequeno problema...

“Já mudaram muito as técnicas de tratamento psicológico. Não sou contra o uso de remédios quando for absolutamente necessário, mas tento sempre sugerir outras formas de tratamento menos dependentes, mais abertas a atividades, conversas, atenção e carinho”, defende Carina.

“Aqui é a minha Família”

Carina Suzarte observa também, entre os problemas e desafios de cada um no Recreio dos Anciãos a existência de um ambiente que facilita muito a adaptação de todos. Ela se admira com o fato de que muitos dos residentes consideram que aqui, no Recreio, está a casa, a Família e o cantinho deles. Muito embora tenham filhos e netos, e os vejam em encontros externos, não querem mais ficar ou dormir na casa deles. Em geral, esses idosos, como identifica a psicóloga, vieram para o Recreio de livre e espontânea vontade, não por imposição da família ou demais circunstâncias.

Claro, pode haver alguma exceção. Ela cita o exemplo de uma senhora de 94 anos que veio por vontade da família, mas se adaptou tão bem que já está há 15 anos no Recreio e sempre fala que “daqui só irá para sua morada final”. Não quer mais morar com os filhos, embora vá almoçar, fazer uma visitinha; mas sempre diz, com orgulho, “aqui é a minha casa”.

A psicóloga aprecia tanto o ambiente do Recreio dos Anciãos que, de forma bem espontânea e humorada, costuma dizer ao seu marido e à filha: “No futuro vou morar no Recreio, não me perturbem não, que já tenho para onde ir”. Ela até já recomendou a Casa a uma amiga de 62 anos, pela ótima estrutura oferecida aos residentes e, especialmente, a liberdade para sair, passear, comer fora, ir ao cinema...

Infelizmente, ainda existe na sociedade muito preconceito com relação a uma casa de idosos, como reconhece a psicóloga. Ela mesma tem uma pessoa em sua família com 96 anos que frequenta todos os eventos e adora o Recreio dos Anciãos,

mas, quando se fala em morar no local, ela dispara: “Eu, hein! Deus me livre! Tenho família!”

O rótulo negativo de um lar de idosos que, felizmente, não se aplica ao Recreio dos Anciãos vem sendo aos poucos superado por meio da disseminação das informações corretas. Dia desses Carina Suzarte conta que estava fora do Recreio conversando com um grupo de idosos e, ao fazer um comentário sobre a Casa, ouviu a seguinte pergunta de uma idosa: “Mas por lá eu posso sair para tomar uma cerveja?”. Com um largo sorriso estampado no rosto, a psicóloga não titubeou na resposta: “Mas é claro que sim!”.

Ciente de que nunca se pode contentar a todos, a psicóloga assegura que a maioria dos idosos se refere à instituição de forma muito positiva e adora permanecer nela.



VISITA



Em 13 de fevereiro de 2019, o Recreio dos Anciãos recebeu a honrosa visita da nova Consejera de *Empleo y Seguridad Social* do Governo Espanhol no Brasil, Maria Dolores Segura de la Encina, que ficará sediada em Brasília, DF. Ela foi recebida pela Diretoria da Residência Santiago Apóstol, onde conversou com alguns residentes e conheceu toda a Casa.



Maria Dolores Segura de la Encina
Consejera de *Empleo y Seguridad Social* do Governo Espanhol no Brasil

H O R A D O R E C R E I O



Carnaval 2019 – 23 de fevereiro

Este ano, foram realizados bailes de carnaval para comemorar os festejos, sendo um deles no dia 23 de fevereiro, quando foi feita a apresentação do Rei Momo, da Rainha e da Princesa do Carnaval, respectivamente os residentes Silvério Acosta, Regina Maria Xavier Sampaio e Loya Olortegui de Magalhães. O baile contou com uma banda para animar a festa.



Curso de Brigada de Incêndio – 16 de março

Em 16 de março, foi realizado um Curso de Brigada de Incêndio nas dependências do Recreio dos Anciãos, ministrado pelo instrutor Norival Ramos, da empresa *Fire Red*. Participaram os funcionários Antônio, Márcia, Beatriz, Érica, Valdecir, Cícera, Edileuza e Nilson, além da residente Iracema Maria da Conceição.

Aniversário da Residência
Santiago Apóstol – 20 de março

Em 20 de março, comemoramos os 79 anos da fundação da nossa instituição com uma linda missa e um delicioso almoço com *paella* ao som de música ambiente para a alegria dos residentes.

HORA DO RECREIO



▲
Almoço de Páscoa – 20 de abril

Comemoramos mais uma Páscoa na Residência Santiago Apóstol com a realização da tradicional missa e de um almoço festivo com música ao vivo no dia 20 de abril. O evento, que alegrou os corações de nossos residentes, contou com o apoio da Diretoria e da Comissão Feminina da Casa.

▲
Dia das Mães – 11 de maio

A data foi comemorada no sábado, dia 11 de maio, pois no domingo muitas residentes saíram para comemorar com suas famílias. Na ocasião, tivemos um lindo e gostoso almoço festivo com música ao vivo em homenagem a todas as residentes mães e avós, alegrando a todos.



▲
Dia dos Namorados – 15 de junho

Como já é tradição na Casa, comemoramos o Dia dos Namorados com uma linda festa, que teve decoração especial e música em um ambiente preparado para receber os casais apaixonados e todos os residentes no dia 15 de junho.

H O R A D O R E C R E I O



Dia das Letras Galegas – 17 de maio

A data é tradicionalmente comemorada no dia 17 de maio na região da Galícia, na Espanha. Como a Residência Santiago Apóstol é uma instituição fundada por um cidadão galego e reconhecida como um centro galego, a data é anualmente celebrada como na Espanha, sempre com o apoio da *Xunta de Galicia*. Este ano, contamos com as palavras iniciais da nossa presidente, Regina Jallas, que homenageou o brilhante escritor, historiador, antropólogo e etnógrafo espanhol Antonio Fraguas Fraguas (também conhecido em galego como Antón Fraguas), nascido em Loureiro, Coto-bade (Pontevedra) em 28 de dezembro de 1905 e falecido em Santiago de Compostela em 5 de novembro de 1999. Nossa Diretora, Maria Clinete Lacativa, proferiu uma palestra sobre o homenageado para que todos os participantes da comemoração conhecessem sua obra. Foram realizadas leituras de alguns de seus textos e uma exposição contando um pouco sobre sua vida, com material gentilmente cedido pela *Xunta de Galicia*. Após a homenagem, foi servido um belo lanche no mirante da Casa para todos os participantes.



Festa Junina – 29 de junho

Este ano, por causa das obras da piscina e, conseqüentemente, do pouco espaço disponível no pátio, nossa Festa Junina foi realizada apenas para os residentes no dia 29 de junho, mas contou com a mesma organização e alegria das anteriores. Muito forró e comidinhas típicas animaram a festa.

H O R A D O R E C R E I O



▲
Lançamento de Livros – 30 de junho

Pelo segundo ano consecutivo, tivemos o prazer de ter a colaboração da Editora Estante Mágica para prosseguir com o projeto “Era uma vez”, que conta um pouco da história de vida de alguns de nossos residentes. No dia 30 de junho, com a presença de amigos e familiares, além da Diretoria, foram entregues os livros dos residentes Manuel Carreiro, Maria Madalena Larocca Carreiro, Elza dos Santos, Maria da Conceição Aparecida, Silvério Acosta Garcia, Maria Carmen Dias de Sá, Elizabeth Wiesmueller Coelho e Francisco Bezerra da Silva. Na ocasião, foi realizado um coquetel oferecido pela instituição com *Prosecco* para brindar a celebração.



▲
Dança Flamenca – 10 de julho

No dia 10 de julho, foi realizada uma linda apresentação de dança flamenca no teatro da instituição com dançarinos do Studio Gesto, trazidos por sua professora, Eliane Carvalho. Nossos residentes ficaram encantados e muito felizes com o belo show proporcionado pelo talento do bailarino, acompanhado de muitas bailarinas.

H O R A D O R E C R E I O



▲
Leitura Dramatizada – 23 de julho

No dia 23 de julho, o grupo Leitura em Cena realizou a leitura dramatizada de diversos contos no Salão Nobre da Casa, com participação de vários residentes na plateia.

▲
Dia de Santiago Apóstol – 25 de julho

Uma comemoração de grande importância para a nossa Residência, que recebeu seu nome em homenagem ao santo. Após a celebração de uma linda missa, foi realizado um almoço especial para todos os residentes. Também contamos com uma bela exposição de cartazes, cedidos pela nossa Diretora, Maria Clinete Lacativa, que participa da Confraria Apóstolo Santiago e gentilmente colabora nesta data tão especial, seja palestrando sobre o Caminho de Santiago ou sobre a vida do santo, seja trazendo participantes da Confraria para palestrar ou cedendo materiais para enriquecer nossos eventos.



▲
Dia das Avós e dos Avôs – 26 de julho

Essa também é uma comemoração muito festejada na Residência. Este ano, tivemos uma programação intensa ao longo do dia, que começou com uma missa especial para todos os avós, seguida de um café delicioso. Para "Vovô e Vovó do Ano", foram eleitos, respectivamente, Carlos Gil Cerqueira Pinto e Nelsina Mendes, após votação efetuada com todos os residentes da Casa.

Foi realizado, ainda, um almoço comemorativo muito especial para todos. No início da tarde, vários jogos envolveram os residentes, tais como: mexe-mexe, dominó e buraco.

No final da tarde, aconteceu o tão aguardado baile, com muita dança, diversão e bailarinos para dançar com os residentes.



RESIDENCIA SANTIAGO APÓSTOL

Um pedaço do paraíso para a terceira idade na Tijuca.

Rua Conde de Bonfim, 1.098 - Tijuca - Rio de Janeiro, RJ
CEP 20530-003 - Tel.: (21) 3238-9700



SECRETARÍA GENERAL DE INMIGRACIÓN Y EMIGRACIÓN
DIRECCIÓN GENERAL DE MIGRACIONES



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE ASUNTOS EXTERIORES Y DE COOPERACIÓN



XUNTA DE GALICIA



O BEM MAIS PRECIOSO É A VIDA!

- Cirurgia de Alta Complexidade;
- Laboratório, Imagens (TC e RMN) 24h;
- Hospital de referência no Centro do Rio;
- Emergência 24h;
- Tecnologia de última geração;
- Central de Esterilização (Acreditação Nível Ouro); e
- CTI (30 leitos).

HOSPITAL ESPANHOL
Rua Riachuelo, 302 - Centro - Rio de Janeiro - RJ - CEP: 20230-013
Tel.: (21) 2158-9000 - www.hospitalespanholrj.com.br