

Delegações

LISBOA

Delegação celebra aniversário em Almeirim

No próximo dia 15 de julho, sábado, a Delegação de Lisboa celebra o seu aniversário e realiza um almoço de convívio associativo na Quinta da Feteira, em Almeirim, na rua do Florim, 113 (coordenadas GPS: Latitude N 39.19090 e Longitude W 8.597783) A Direção da Delegação de Lisboa apela à participação dos associados, familiares e amigos, referindo que as inscrições podem ser efetuadas junto de Francisco Janeiro – 919 413 356 e de Isabel Franco – 217 512 600 -Tecla 4 ou 925 987 469.

DEBATE SOBRE ACESSIBILIDADES

Lisboa Histórica Para Todos

A Delegação de Lisboa vai realizar um debate sobre “Acessibilidades na Cidade de Lisboa”, no próximo dia 23 de maio, pelas 15h00, no Auditório Jorge Maurício, na Sede Nacional da ADFA, em Lisboa. Vai também ser focado o Projeto “Lisboa Histórica para Todos”, uma das candidaturas aprovadas ao programa de financiamento da Câmara Municipal de Lisboa “BIP-ZIP 2015”, da responsabilidade da Cooperativa Milacessos.

“A tua opinião e os teus conhecimentos são muito importantes para a realização deste evento”, realça o presidente da Direção da Delegação de Lisboa, Francisco Janeiro, que apela à participação dos associados.

O Projeto da Milacessos, que agora se encontra em finalização tem como objetivo a promoção do acesso ao lazer para todos, particularmente o acesso às colinas de São Jorge e de São Vicente (bairros da Graça, Mouraria, Castelo e Alfama) e caracteriza-se pela criação de um guia de turismo para todos que inclui, para além das questões comuns aos guias de turismo, os acessos para pessoas idosas e portadoras de deficiências motoras, visuais, auditivas ou intelectuais. O Projeto caracteriza-se ainda pela sua vertente ligada à formação para o atendimento à pessoa com necessidades especiais.

Através do guia, a Cooperativa Milacessos está a desenvolver o interesse pela visita àqueles bairros históricos e, através da formação, pretende dotar de ferramentas de trabalho úteis “todos aqueles que interagem com o visitante”. A partilha de experiências, testemunhos e informações por parte dos associados da ADFA contribuirá para o sucesso desta plataforma de apoio ao turismo na capital.

Ateliê de Fotografia

A Delegação de Lisboa está a dinamizar um Ateliê de Fotografia “Pinhole” que está aberto aos interessados. A atividade vai decorrer às terças-feiras, entre as 14h00 e as 17h00, num total de 12 horas de formação com o monitor Alexandre Ramos. “Venha aprender a construir uma câmara fotográfica” é o mote desta iniciativa.

Sabia que nos primórdios do registo de imagens uma simples caixa de sapatos servia para tirar fotografias? A técnica “Pinhole” (que em tradução literal quer dizer “buraco de agulha”) é a evidência do engenho humano para criar as condições para o registo fotográfico. Tudo está ligado à luz e ao efeito do tal “buraco da agulha”. Venha descobrir como! Aprenda a construir uma câmara fotográfica e revele as suas próprias fotografias, como antigamente!

A inscrição para os associados custa 15,00 euros e para quem não for associado custará 30,00 euros.

Informações e inscrições no Serviço de Ação Social da Delegação, junto de Ana Machado, pelos números 217 512 622 e 917 365 357, ou no Secretariado de Direção da Delegação, junto de Isabel Franco, pelos números 217 512 615 ou 925 987 469.

Novas atividades ao dispor dos associados

A Delegação de Lisboa apresenta novas atividades para os associados. As inscrições fazem-se junto dos locais e contactos habituais. Conheça as novidades, as datas e os preços:

Passeio de Hippotrip - Passeio por Lisboa num autocarro que se desloca na terra e no rio - dia 31 de maio, pelas 14h00. Inscrições limitadas e abertas até ao dia 24 de maio.

Aulas de Fotografia - Novo curso começa no final do mês de maio, em dia, horário e preço a definir.

Aulas de Informática - Novo curso começa no final do mês de maio, em dia, horário e preço a definir.

Atividades a decorrer todo o ano

Continuam abertas as inscrições para diversas atividades ocupacionais disponíveis na Delegação de Lisboa, a decorrer durante o ano de 2017.

Yoga do Riso (gratuita) - 4ª feira das 15h00 às 16h00, com o monitor e associado António Fernandes; Aulas de Fotografia - em dia/hora/preço a definir; Aulas de Informática - em dia/hora/preço a definir; Chávena de Conversa (gratuita) – segunda 5ª feira de cada mês, das 15h00 às 17h00, com o monitor e associado Sá Flores; Aulas de Pintura (gratuita) - 5ª feira, das 10h00 às 12h30, com os monitores Rui Machado e Catarina Oliveira; Aulas de Cerâmica (gratuita) - 5ª feira, das 14h00 às 16h30, com os monitores Rui Machado e Catarina Oliveira; Hidroginástica no Lar Militar - 2ª e 4ª feira, em duas turmas, com a monitora Carla Veloso, das 09h30 às 10h30 ou das 10h30 às 11h30 - preço mensal 35,00 euros; Aulas de Ginástica (Re)Adaptada - 3ª e 5ª feira, das 11h00 às 13h00 – com a monitora fisioterapeuta Patrícia Mascate.

Para informações ou inscrições, os interessados devem contactar o Serviço de Ação Social da Delegação de Lisboa (assistente social Ana Machado) pelos números 917 365 357 ou 217 512 622 ou pelo endereço eletrónico servico.social@adfa-portugal.com. Informações ou inscrições no Secretariado da Direção da Delegação de Lisboa (Isabel Franco, administrativa), pelos números 925 987 469 ou 217 512 615, ou no endereço eletrónico direccao.del.lisboa@adfa-portugal.com.

Gabinete do Utente no HFAR

A Delegação informa os associados que pretendam marcar consulta no Hospital das Forças Armadas (HFAR), em Lisboa, que o número de telefone para o efeito é 217 519 697.

Núcleo de Sintra sempre a mexer

O Núcleo da ADFA em Sintra disponibiliza diversas atividades aos associados, familiares e amigos:

Informática (básico) - segundas e sextas, das 15h00 às 17h00; Música (solfejo, flauta, e bandolim) – terças, das 10h00 às 12h00; Pintura a óleo – terças, das 15h00 às 17h00; Jogos Tradicionais (sueca, damas, dominó) – quartas, das 15h00 às 17h00

Yoga do Riso – quintas, das 15h30 às 16h30
Tapetes de Arraiolos – quintas, das 10h00 às 12h00
Flores porcelana a frio e bainhas abertas - terças e sextas, das 10h00 às 12h00
Tertúlia de poesia (Tertuliana) - primeira quinta-feira de cada mês - direção e fundação de ana martins - belamatias@netcab.pt.

TORNEIO DE SUECA 2017

O Núcleo de Sintra vai encerrar o 8º Torneio de Sueca no dia 17 de maio, pelas 15h30, com a entrega de prémios aos vencedores. A edição de 2017 do Torneio de Sueca do Núcleo de Sintra foi muito participada e é uma atividade que tradicionalmente anima os associados que participam. O ELO divulgará os nomes dos vencedores assim que a informação seja anunciada pelo Núcleo de Sintra.

Serviços da Delegação de Lisboa

SECRETARIADO DA DELEGAÇÃO – APOIO AOS ÓRGÃOS SOCIAIS E AOS NÚCLEOS
Isabel Franco - direccao.del.lisboa@adfa-portugal.com
Telefones 217 512 615 ou 925 987 469
Fax 217 512 611

SERVIÇOS CLÍNICOS

Ana Paula Vicente - servicos.clinicos@adfa-portugal.com
Telefone 217 512 600 – Tecla 2 ou 217 512 612
Especialidades:
Clínica Geral – 3ª e 5ª feira (manhã)
Fisiatria – 4ª feira (manhã)
Urologia - 3ª feira, de 15 em 15 dias (dia todo)
Dentista – 4ª feira (manhã) e 5ª feira (dia todo)
Psiquiatria - 3ª e 4ª feira (tarde)
Fisioterapia – de 2ª a 6ª (dia todo)

SERVIÇO DE SECRETARIA/ATENDIMENTO E APOIO AOS SÓCIOS

Pedro Rodrigues e Maria Inês Martins – ines.martins@adfa-portugal.com; secretaria.lisboa@adfa-portugal.com
Telefone 217 512 600 – Tecla 1

SERVIÇO DE AÇÃO SOCIAL

Dra. Ana Machado (assistente social) – servico.social@adfa-portugal.com
Telefone 217 512 600 – Tecla 3

SERVIÇOS JURÍDICOS

Dra. Inês de Castro (advogada) – Por marcação prévia na secretária da Delegação de Lisboa i.castro@adfa-portugal.com ou gabjur.adfa.lisboa@gmail.com
Fax 217 512 660

SERVIÇO DE PSICOLOGIA

Dra. Teresa Infante (psicóloga) - t.infante@adfa-portugal.com

PEDICURA

Pedicura, calista, manicura e depiladora nos Serviços Clínicos. Marcações com Sandra Henriques, pelo número 962 971 437. Todos os dias, mediante marcação prévia, com possibilidade de deslocar-se, conforme o local e a hora da marcação.

HORÁRIO DOS SERVIÇOS

Das 9h00 às 17h30
Morada
Av. Padre Cruz, edifício ADFA, 1600-560 Lisboa
Contactos
Telefone 217 512 600
Fax 217 512 611