

Lisboa

Passeios e visitas



Decorreu no dia 31 de maio último, o Passeio de Hippo-trip, percurso por Lisboa em viatura anfíbia, por terra e no rio Tejo. O evento lúdico contou com cerca de 30 participantes, num momento de grande animação e convívio entre várias gerações.

No dia 22 de junho realizaram-se duas visitas a exposições de pintura.

A primeira visita, na parte da manhã, com almoço incluído, teve como nome "Just Bright Souls", com obras da autoria do coronel médico João Barros Silva, patente ao público na Galeria Municipal - Casa Mantero, na Biblioteca Municipal de Sintra.

A segunda exposição, na parte da tarde, "Afinidades", esteve patente ao público no Salão Nobre do Campus de Saúde Militar, no Hospital das Forças Armadas - Pólo de Lisboa, com obras da autoria de João Barros Silva e do coronel médico Eduardo Fazenda Branco. A iniciativa contou com a participação de 18 participantes.



FOTO ANA MACHADO



10 de Junho celebrado em Oeiras



FOTO DELG. LISBOA

Os associados da ADFa residentes em Oeiras colocaram uma coroa de flores no monumento aos munícipes que tombaram na Guerra Colonial, em cerimónia realizada no dia 10 de junho.

Convívio, Cultura, Lazer e Reabilitação

Atividades ao dispor dos associados

A Delegação de Lisboa apresenta novas actividades para os associados. Conheça as novidades, as datas e os preços:

Aulas de Informática - 4ª e 6ª feira - turma da manhã, horário das 10h00 às 12h30 - turma da tarde, horário das 14h00 às 16h30 - preço mensal 25,00 euros - com o monitor Pedro Marques. Yoga do Riso (gratuita) - 4ª feira das 15h00 às 16h00, com o monitor e associado António Fernandes.

Atividades a decorrer todo o ano

Continuam a decorrer diversas actividades ocupacionais disponíveis na Delegação de Lisboa. Estas actividades são co-financiadas pelo INR, IP.

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 na Piscina do Lar Militar - 2ª e 4ª feira, em duas turmas, com a monitora Carla Velloso, 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 monitora e preço a definir. 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 actividades 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 de fundação de ana martins - belamatias@netcabo.pt.

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