AGOSTO 2023 / Nº 43

A Beneficência Familiar

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

A nossa Newsletter

Somos uma Associação com Futuro

SAÚDE

ENSINO

CAIXA ECONÓMICA DO PORTO

FUNERÁRIA

SUBSÍDIOS

TURISMO

SEGUROS

POUPANÇAS

www.abfamiliar.pt

Nesta Edição

AGO
2023

03 Extra Poupança

ABFamiliar Seguros

04 Viagens 2024

ABFamiliar Turismo

05 Universidade Sénior

ABFamiliar Ensino

07 Agenda Cultural ABF

ABFamiliar Geral

ABFamiliar Seguros

Extra Poupança

Uma poupança que lhe permite um rendimento extra para situações imprevistas.

Como diz o ditado "Grão a grão enche a galinha o papo". Poupe ao seu ritmo e rentabilize o seu dinheiro Extra para fazer face a imprevistos.



Poupança Extra

Condições:
Rentabilização de 0,8% ao ano.
Subscritor: Idade - mais de18 anos
Sem limite de idade para subscrição
O período pré-determinado para receber os benefícios não poderá ser inferior a 5 anos.
Esta modalidade permite que o beneficiário seja um terceiro, identificado no momento da subscrição, não podendo ser substituído.
Montantes: Quota definida na subscrição pelo subscritor:
Limite mínimo da **quota programada**: € 60,00/ano
Limite mínimo da **quota não programada**: € 120€/ano

A Beneficência Familiar
ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

www.abfamiliar.pt
seguros@abfamiliar.pt
222 087 520 | 967 153 097*
* Custo de chamada fixa/móvel nacional

A Beneficência Familiar

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

VIAJE COM A SUA ASSOCIAÇÃO

VIAGENS 2024









Diversos destinos à escolha!

CIRCUITO

MADEIRA E PORTO SANTO

JUNHO 2024 | 5 DIAS

Em breve +info

CIRCUITO

CABO VERDE

20/27 MAIO 2024

Em breve +info

AÇORES

DATAS A DEFINIR

Em breve +info

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

DATAS A DEFINIR

Em breve +info

Em breve mais novidades!

ABFamiliar Ensino

Abertas as Inscrições da Universidade Sénior a 4 de Setembro

É com grande entusiasmo que anunciamos a abertura das inscrições para o ano letivo 2023/2024 da nossa Universidade Sénior!

Faça parte desta parte de uma comunidade repleta de aprendizagem, e desenvolvimento pessoal!

As inscrições estão abertas a partir do dia **4 de Setembro de 2023 na nossa secretaria.**

Venha fazer parte da nossa Universidade Sénior e transforme o seu futuro!



Continua na próxima página >>

ABFamiliar Ensino

Horário da Universidade Sénior

Horário Universidade Sénior Mutualista

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
09:00-09:30					
09:30-10:00					
10:00-10:30		GRUPO CORAL / PILATES CLÍNICO	PSICOLOGIA E MENTE ACTIVA / DANÇAS DE SALÃO	TERAPIAS ORIENTAIS COMPLEMENTARES / FISIOTERAPIA E CORREÇÃO POSTURAL	
10:30-11:00	CAVAQUINHO / GINÁSTICA				DESCOBRIR O PORTO GRUPO 2
11:00-11:30					
11:30-12:00		TERAPIAS ESOTÉRICAS / HIDROTERAPIA	YOGA	TAICHI	
12:00-12:30					
12:30-13:00					
13:00-13:30					
13:30-14:00					
14:00-14:30	HISTÓRIA DA ARTE DOS JARDINS	INFORMÁTICA 1	PINTURA / OFICINA DE ESCRITA CRIATIVA	INGLÊS NÍVEL 1	DESCOBRIR O PORTO GRUPO 1
14:30-15:00	PORTUGAL CULTO E OCULTO				
15:00-15:30					
15:30-16:00		INFORMÁTICA 2		INGLÊS NÍVEL 2	
16:00-16:30					
16:30-17:00					
17:00-17:30				INGLÊS NÍVEL 3 (CONVERSAÇÃO)	
17:30-18:00					
18:00-18:30					

Preçário

Número de disciplinas	Preço Associados Mutualistas	Preço Cônjuges Classe Familiar
1 disciplina	17,50€/mês	22,50€/mês
3 disciplinas	35€/mês	40€/mês
5 disciplinas	50€/mês	55€/mês
7 disciplinas	65€/mês	70€/mês

- Início das aulas: 2 de Outubro de 2023. Fim: 28 Junho de 2024
- Joia de inscrição (inclui o seguro escolar): 10€
- Aquando da inscrição, será necessário o pagamento de uma caução de 10€ (que será descontada na mensalidade do mês de Junho, em caso de não desistência).

ABFamiliar Geral

Agenda Cultural - Setembro MNSR



Museu Nacional Soares dos Reis

Visitas à hora certa
1 setembro, 11h00 Luz do Sol: a luz e a pintura
6 setembro, 15h00 Artistas mulheres
8 setembro, 11h00 Luz do Sol: a luz e a pintura
13 setembro, 15h00 Os Tesouros Nacionais da coleção do MNSR
15 setembro, 11h00 O Cristo medieval e outros segmentos de arte europeia
20 setembro, 15h00 O retrato na produção artística: que representações?
22 setembro, 11h00 Fontes e Fontanários nas coleções do MNSR
27 setembro, 15h00 Onde, porquê, o quê e como: quatro questões sobre as coleções de Ourivesaria e Joalharia do MNSR
29 setembro, 15h00 O andar nobre do Palácio dos Carrancas

Encontros ao sábado
2 setembro, 15H00 Teatro de Robertos
Público | Famílias com crianças maiores de 3 anos

9 setembro, 10H30 e 14H30 Oficinas de Cianotipia
Público | 12 aos 29 anos

16 setembro, 11H00 Visita orientada O Cristo medieval e outros segmentos de arte europeia
Público | Jovens e adultos

16 setembro, 19H00 Concerto DUO SPIRITUS FILUM
Público | Jovens e adultos

30 setembro, 15H00 Visita orientada A pintura de paisagem no Naturalismo
Público | Jovens e adultos

Continua na próxima página >>

Quintas fora d'horas, 18h00
14 setembro, Sessão comentada A Peça do Mês
21 setembro, Leitura comentada O Douro nas coleções do MNSR
28 setembro, Encontros no jardim/Sessão comentada Escultura O Eco

Minicursos de verão
20 setembro, 10h30/12h30 Workshop sobre conservação preventiva de objetos em cerâmica

Domingo em família
24 setembro, 10h30/12h30 Oficina Uma mão cheia de objetos

+ info

ABFamiliar Geral

Visita guiada à Exposição Nadir Afonso: Do Porto para o Mundo

31 DE AGOSTO DE 2023 | 16H30 | CASA DOS LIVROS | ENTRADA LIVRE

No próximo dia 14 de setembro de 2023, às 16h30, terá lugar a terceira de três visitas guiadas à Exposição de Pintura de Nadir Afonso, patente na Casa dos Livros/Centro de Estudos da Cultura em Portugal da Universidade do Porto.

A Diretora da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, Professora Doutora Paula Pinto Costa, e a Presidente da Fundação Nadir Afonso, Doutora Laura Afonso, têm o enorme prazer de o/a convidar para esta(s) visita(s), sobre a vida e obra de um dos maiores artistas portugueses contemporâneos





Vantagens em ser associado

Médico e Enfermagem ao Domicílio
Clínica da Liga do Porto e de Gaia
Farmácia da Liga do Porto e de Gaia
Serviço de apoio domiciliário

Saúde
Nós cuidamos de si!

Universidade Sénior
Bolsas de estudo para jovens

Ensino
A sabedoria não tem idade!

Empréstimos sobre penhores
Depósitos à ordem e a prazo
Cofres com acesso 24h

cep caixa económica do porto

Serviços fúnebres
Protocolos
Apoio ao Luto

Funerária
Ao seu lado em todos os momentos.

Subsídio por morte dos subscritores
Subsídio por morte dos cônjuges
Subsídio por morte de filhos

Subsídios
Assegure o futuro.

Consulte-nos para saber quais os destinos que temos para lhe oferecer.

Turismo
Descubra o mundo connosco!

Seguro de Saúde Mutualista
Seguro Casa/Comércio
Seguro Automóvel/Mota

Seguros
A nossa proteção!

Mutuália 55+
Poupança Extra
Protecção Jovem
Complemento de Desemprego

Poupanças
O seu futuro sem problemas.

As nossas parcerias

FLUVIÁRIO DE MORA



TAIPAS TERMAL

TERMAS DE LUSO

MARIONETAS do PORTO

pollux casa e decoração

DIVER LANHOSO PARQUE AVENTURA

CCI Centro de Cópias e Impressão

Palácio do Bolhão ACE Escola de Artes

MEO

Clube Natação OndaAzul

Bombeiros Voluntários Portuenses

TNSJ TEATRO NACIONAL SÃO JOÃO PORTO

ergovisão

ALA VIAGENS

CASA DA GUITARRA

Magic TRAIN

MAGIC TOURISM

FARMÁCIA GESTAÇÔ

Auto-Campanhã – reparação e comércio automóvel

galp

BENÉFICA E PREVIDENTE ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

FARMÁCIA OLIVEIRA

SANDRAOPTICA

SAMUEL OLIVEIRA MASSAGISTA

SAPATARIA STYLE

AFF AFF-MATERIAL FOTOGÁFICO LDA

MALIBU ESCOLA DE SURF

OPTICA do dragão

immersivus GALLERY PORTO

saom Serviço de Assistência Organizações de Maria

Contactos

Rua Formosa 343/353
4000-252 Porto | Portugal

E. geral@abfamiliar.pt

Tel. 222 087 520* / 223 320 961*

Tlm. 962 004 508**

Horários

09h - 17h de 2ª a 6ª

Sem interrupção para almoço

Atendimento Funerário

Tlm. 919 354 372**

(Serviço Permanente 24 horas)

*(Chamada para a rede fixa nacional)
**(Chamada para a rede móvel nacional)