JANEIRO 2024 / Nº 47

A Beneficência Familiar

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

A nossa Newsletter

Somos uma Associação com Futuro

- SAÚDE
- EXERCÍCIO E BEM-ESTAR
- UNIVERSIDADE SÉNIOR
- CAIXA ECONÓMICA DO PORTO
- FUNERÁRIA
- SUBSÍDIOS
- TURISMO
- SEGUROS
- POUPANÇAS

www.abfamiliar.pt

Nesta Edição

JAN
2024

03 Aprovação Estatutos
ABFamiliar Geral

04 147 Anos e uma Nova Sede, um novo Futuro!
ABFamiliar Geral

06 Mensagem do Presidente
ABFamiliar Geral

07 Espaço de Exercício e Bem-estar
ABFamiliar Exercício

08 Visitas Disciplina Descobrir o Porto
ABFamiliar Ensino

ABFamiliar Geral

Aprovação Estatutos

É com grande satisfação que informamos todos os Associados que os novos Estatutos da nossa Associação obtiveram aprovação unânime na Assembleia Geral Extraordinária realizada no passado dia 24 de janeiro de 2024.

Destacamos a alteração introduzida no Artigo 1.º, onde passa a constar a morada da nossa nova Sede. A sua inauguração representa um marco significativo na evolução da nossa Associação, proporcionando aos Associados Mutualistas inesquecíveis experiências de vida e contribuindo para a sua Saúde, Lazer e Bem-Estar.

A construção desta nova sede representa um marco significativo na evolução da nossa associação, proporcionando Associados Mutualistas, inesquecíveis experiências de vida, contribuindo para a sua Saúde, Lazer e Bem-Estar.

Adicionalmente, temos o prazer de anunciar que o Hino oficial d'A Beneficência Familiar também foi aprovado por unanimidade e aclamação, tornando-se uma expressão emocionante da nossa identidade coletiva.

A melodia envolvente e as letras inspiradoras conquistaram o coração de todos, refletindo o orgulho e a identidade da nossa comunidade. Estamos felizes por adotar este Hino como parte integrante da nossa história e cultura.

Nos próximos dias, o nosso Hino será divulgado nas nossas redes sociais e site.

Agradecemos a todos os membros que participaram desta Assembleia Extraordinária, contribuindo para o crescimento e fortalecimento d'A Beneficência Familiar.

Juntos, continuaremos a construir um futuro promissor para a nossa associação.

Fiquem atentos para mais informações sobre a implementação das mudanças e eventos futuros que celebrarão essas conquistas significativas.

CONSULTE AQUI OS NOVOS ESTATUTOS

ABFamiliar Geral

147 Anos e uma Nova Sede, um novo Futuro!



Este ano, não só festejamos os nossos 147 anos, como a nossa nova Sede!

A nossa primeira e nova casa!

Situada no coração da Cidade do Porto, frente à entrada sul do Mercado do Bolhão, a nossa nova Sede oferece, aos Associados Mutualistas, um ambiente acolhedor, com serviços que abrangem terapias revigorantes, como hidroterapia, pilates clínico, yoga, fisioterapia e correção postural, terapias esotéricas ou orientais complementares. Ministradas por profissionais competentes e credenciados. Com acesso a Ginásio e SPA.

Além disso, cuidamos dos seus olhos, oferecendo consultas especializadas de optometria, na Optica Mutualista. Proporcionamos conforto na parafarmácia e ortopedia. Bem-estar no serviço de refeições e cafetaria. Salão multiusos para exposições, concertos, conferências e outros eventos.

Enfim, criámos um espaço dedicado ao cuidado integral, promovendo o seu bem-estar de forma abrangente e única. Em breve, abrirá a Clínica de Imagiologia e Radiologia, para exames complementares de diagnóstico.

Continua na próxima página >>

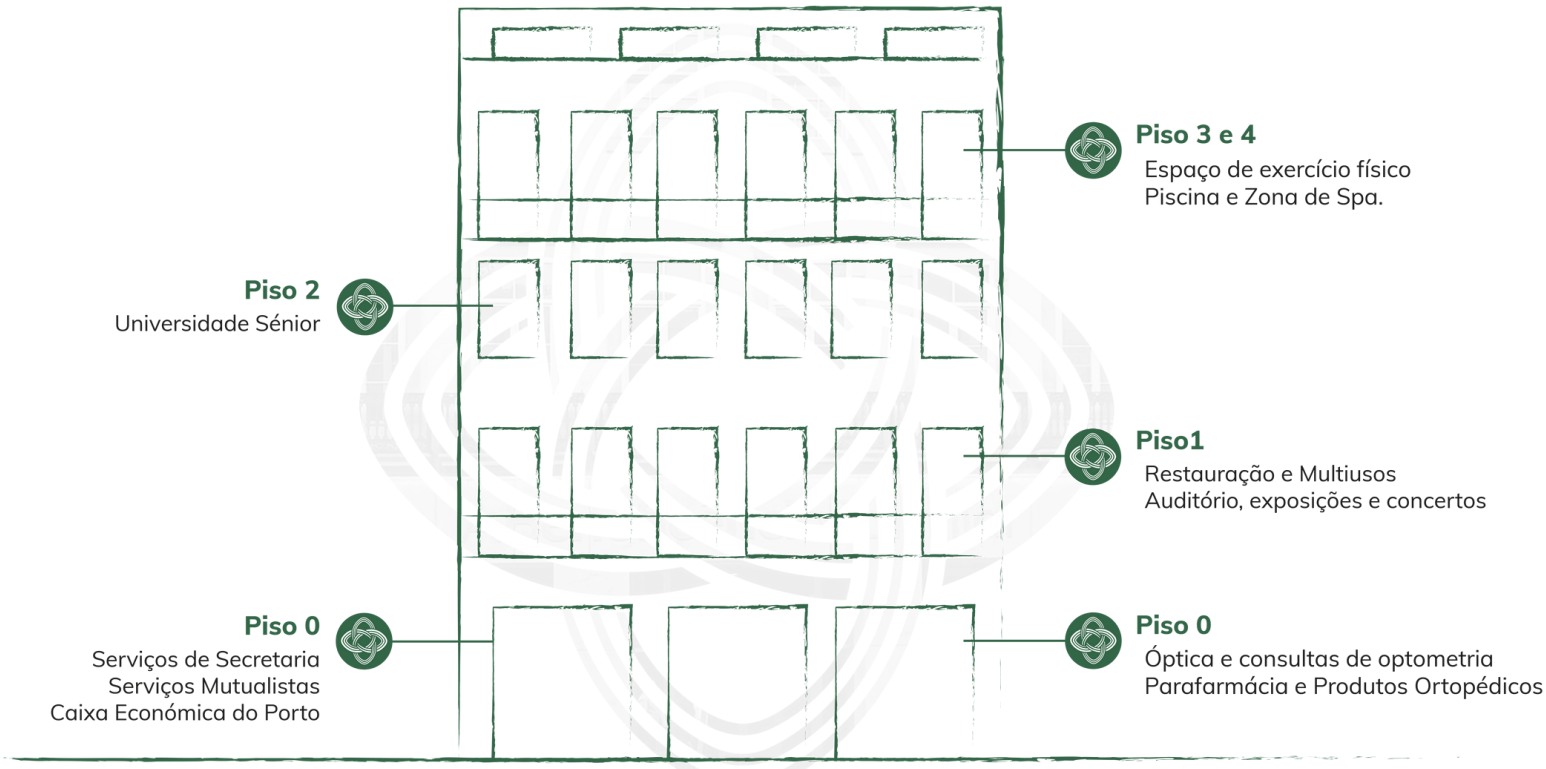
Novos Serviços

Exercício e Bem-estar
- Hidroterapia
- Fisioterapia

Cuidados de Saúde
- Óptica e consultas de optometria
- Parafarmácia e Produtos Ortopédicos
- Clínica de Imagiologia e Radiologia *(em breve)*

Apoio e Convívio
- Restauração e Multiusos
- Auditório, exposições e concertos
- Cofres robotizados (24h) e manuais

Serviços que se mantêm
- Secretaria
- Médicos-Clínicada LIGA
- Farmáciada Liga
- Médiconodomicílio (24h)
- Enfermageme mcasa
- UniversidadeSénior
- Turismo Social
- Funerária
- Subsídios
- Caixa Económica do Porto
  - Empréstimos sobre Penhores
  - Depósitos (à ordem/ a prazo)
- Seguros
- Poupanças



CONHEÇA E VISITE
TODOS OS NOSSOS SERVIÇOS

ABFamiliar Geral

Mensagem do Presidente



Estimados (as) Associados (as):

Finalmente, em quase século e meio de vida, a nossa Associação tem a sua Sede num edifício próprio, moderno e que a prestigia. Capaz de proporcionar, aos Associados Mutualistas, inesquecíveis experiências de vida, contribuindo para a sua Saúde, Lazer e Bem-Estar.

A Sede é VOSSA!
Por isso, venham usufruir do espaço e dos serviços disponíveis.
Visitem-na e desfrutem da qualidade a que têm direito!

Obrigado pela Vossa confiança!

Carlos Jorge

ABFamiliar Exercício

Espaço de Exercício e Bem-estar

No próximo dia 5 de Fevereiro, vamos inaugurar o nosso novo espaço dedicado ao exercício físico, saúde e bem-estar no coração da cidade do Porto!

Além disso, o nosso espaço estará aberto das 7:30h às 20h, proporcionando flexibilidade para se exercitar consoante a sua agenda.

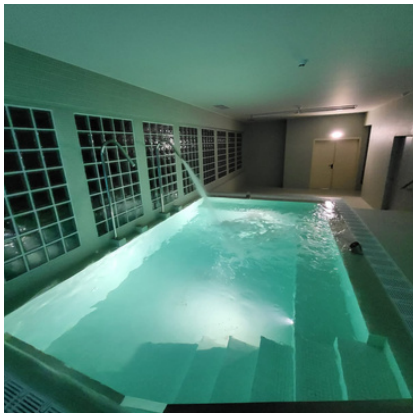












Para obter mais informações, não hesite em entrar em contacto connosco:

☎ Ligue para 914 184 496
(Chamada para rede móvel nacional)

✉ Envie um e-mail para daniel.renato@abfamiliar.pt

ABF Exercício

ABFamiliar Ensino

Visitas de Estudo do mês de Dezembro e Janeiro

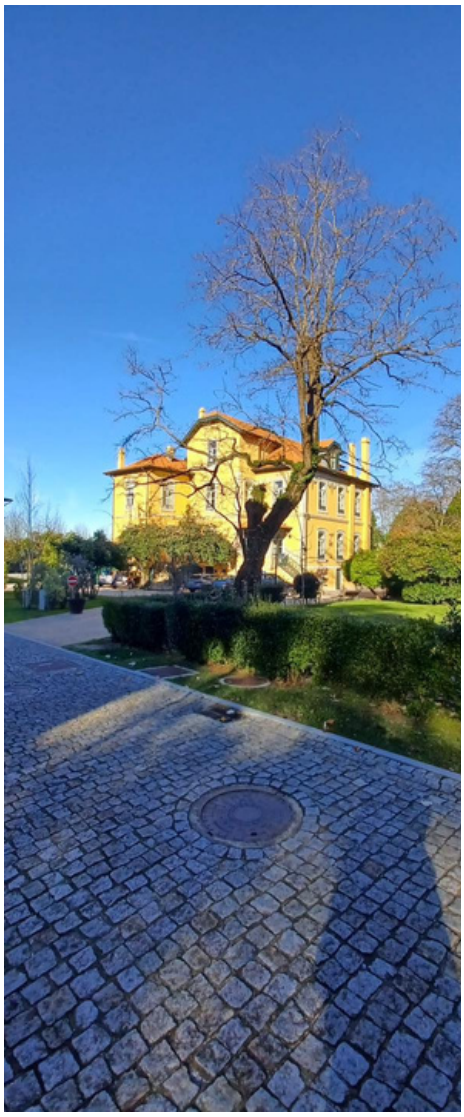
Caros Amigos recordamos com alegria as nossas visitas no âmbito da disciplina Descobrir o Porto, do mês de Dezembro, da nossa Universidade Sénior.

Quinta da Boeira em Gaia









Continua na próxima página >>

Casa Museu Fernando de Castro









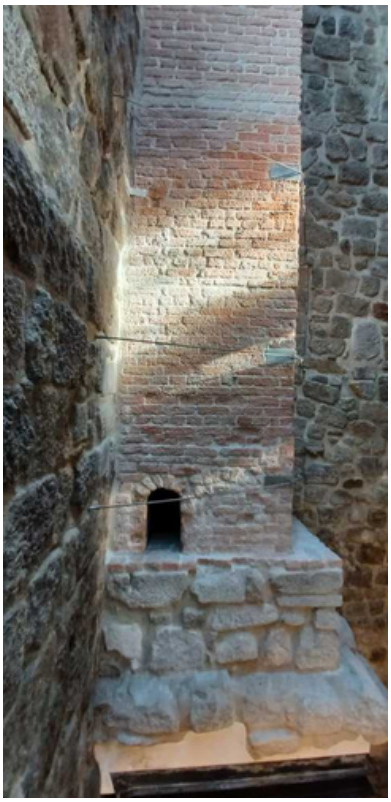




Continua na próxima página >>

Arqueossítio e a Capela das Verdades











CALENDÁRIO 2024



A Beneficência Familiar

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

2024

JANEIRO

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEVEREIRO

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARÇO

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ABRIL

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAIO

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

JUNHO

SE	TE	QU	QU	SE	SÁ	DO
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

FERIADOS

SEDE
09H - 17H DE 2ª A 6ª
Rua Formosa 349
4000-252 Porto
geral@abfamiliar.pt
www.abfamiliar.pt
222 087 520*
962 004 508 **

SERVIÇOS:
- UNIVERSIDADE SÉNIOR
- SEGUROS / POUPANÇAS
- TURISMO SOCIAL

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

FUNERÁRIA
SERVIÇO PERMANENTE
24 HORAS
222 005 940*
919 354 372**

MÉDICOS - CLÍNICA DA LIGA
ESPECIALIDADES | FISIOTERAPIA
DENTISTA | FARMÁCIA
Rua Bonjardim nº 260,
4000-114 Porto
223 395 490*/ www.liga.pt

ASSISTÊNCIA AO DOMICÍLIO
OBRIGATÓRIO ATIVAÇÃO
DO SERVIÇO
MÉDICO 223 395 499*
ENFERMAGEM 225 503 740*

cep caixa económica do porto
EMPRÉSTIMOS SOBRE PENHORES
DEPÓSITOS (À ORDEM / A PRAZO)
COFRES COM ACESSO 24H
223 320 961*/ 966 299 292 **
www.ceporto.pt
geral@ceporto.pt

PEÇA AO COBRADOR O SEU CALENDÁRIO 2024

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

prgovisão

ALA VIAGENS

CASA DA GUITARRA

Magic TRAIN

MAGIC TOURISM

FARMÁCIA GESTAÇÔ

Auto-Campanhã – reparação e comércio automóvel

galp

BENÉFICA E PREVIDENTE

FARMÁCIA OLIVEIRA

SANDRAOPTICA

SAMUEL OLIVEIRA MASSAGISTA

SAPATARIA STYLE

AFF

AFF-MATERIAL FOTOGÁFICO LDA

MALIBU ESCOLA DE SURF

ÓPTICA do dragão

immersivus GALLERY PORTO

saom

Serviço de Assistência Organizações de Maria

CONTACTOS

Rua Formosa 349 4000-252 Porto

geral@abfamiliar.pt | www.abfamiliar.pt

222 087 520 * | **962 004 508** **

09h - 17h de 2ª a 6ª - Sem interrupção para almoço

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

MÉDICO EM CASA

223 395 499*

FUNERÁRIA

919 354 372**

(Serviço Permanente 24 horas)