Federação Nacional do Voluntariado em Saúde

BOLETIM INFORMATIVO

1

Nº 21 – julho 2026

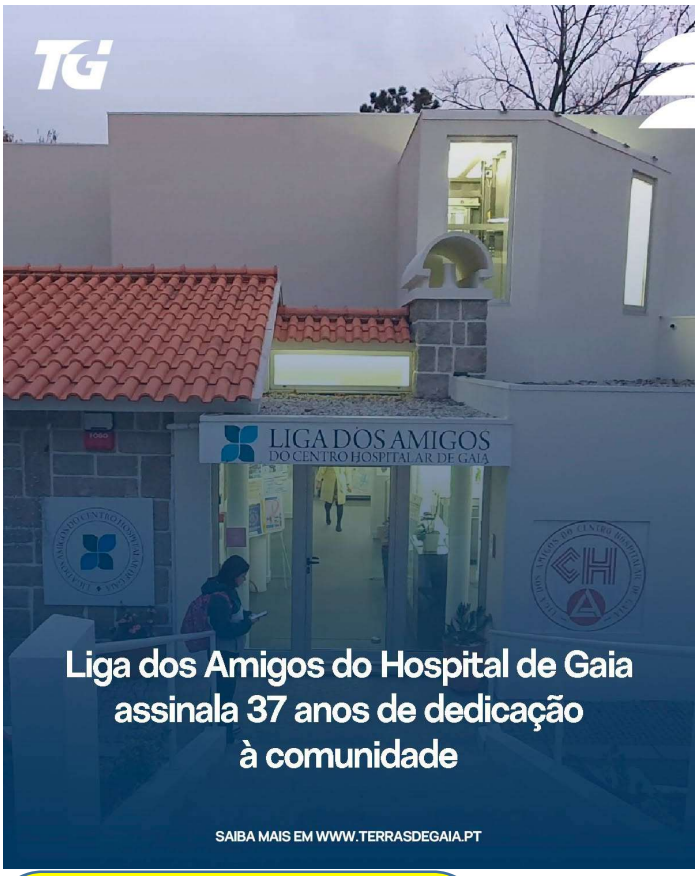
CASCAIS

Para toda a vida

XVI ENCONTRO NACIONAL DO VOLUNATRIADO EM SAÚDE

17 de outubro na Escola Superior de Hotelaria de Bicesse.

Durante o mês de agosto vamos dar noticias. Estejam atentos. Estamos cientes que este vai ser um marco histórico no Voluntariado em Saúde



FICHA TÉCNICA:

BOLETIM INFORMATIVO

Propriedade **FNVS**

Rua do Crasto, 749 4150-247 Porto

Tel: - 969032696 / 962319818

geral@fnvs@gmail.com

http://www.voluntariadoemsaude.org

Distribuição gratuita – formato digital

BOAS FÉRIAS PARA TODOS

Liga dos Amigos do Hospital de Viana Castelo

Mesmo durante as férias e das tarefas familiares suplementares no verão, as Voluntárias e os Voluntários continuam a levar o calor humano e o apoio aos doentes mais dependentes



Liga de Amigos do Hospital de Évora

Últimos registos da nossa participação na Feira de São João 2026.

O balanço foi muito positivo!

Obrigado a todos os que visitaram o nosso espaço e um agradecimento muito especial aos nossos voluntários, pela dedicação e disponibilidade ao longo de toda a feira.

Para o ano, há mais!



Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé

Ação de Sensibilização Junto da Comunidade Búlgara

No passado dia 10 de julho, realizou-se uma ação de sensibilização dirigida à comunidade búlgara residente no concelho de Alfândega da Fé, promovida em parceria com o Alfândega CLDS 5G, que contou com a presença da Guarda Nacional Republicana. A sessão decorreu no espaço da Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé, e contou com a participação de várias famílias.

Durante a sessão foram abordados diversos temas relacionados com a convivência em comunidade e a promoção de um espaço público mais seguro e cuidado.

Entre os assuntos debatidos destacaram-se a importância da utilização correta dos espaços públicos, as regras de utilização do parque infantil e boas práticas a adotar, a diferença entre os vários contentores de resíduos e a sua utilização, a segurança na utilização dos equipamentos infantis, a necessidade de evitar a realização de fogueiras na via pública e a adoção de boas práticas de vizinhança. Foram ainda esclarecidas outras questões relevantes para o bem-estar e a qualidade de vida de toda a comunidade.

Esta iniciativa reforça a importância do trabalho conjunto, do diálogo e da sensibilização na promoção de uma comunidade mais informada, responsável, inclusiva e comprometida com a bem-estar de todos.



Liga de Amigos do Hospital de Évora

Voluntariado em Férias – Associação Nacional de Estudantes de Medicina

No âmbito do programa Voluntariado em Férias, promovido pela Associação Nacional de Estudantes de Medicina, recebemos o Vasco, que durante estas duas semanas está a colaborar ativamente no nosso Projeto Apoio ao Doente em Ambulatório.

As diferentes equipas de voluntárias têm acompanhado e apoiado o Vasco no seu processo de integração, proporcionando-lhe uma experiência enriquecedora de contacto com a nossa missão e com os utentes que diariamente acompanhamos.

Agradecemos ao Vasco a sua disponibilidade, dedicação e vontade de contribuir para a nossa causa, desejando-lhe uma experiência gratificante e enriquecedora



Liga de Amigos do Hospital Lamego

Dia Mundial dos Avós e dos Idosos 👵👴

Este ano, no Dia Mundial dos Avós e dos Idosos, os voluntários da Liga espalharam amor, carinho e uma pequena lembrança a todos os Avós e Idosos internados no nosso Hospital, lembrando-lhes o quanto são preciosos e importantes



Liga de Amigos do Hospital Lamego

No próximo domingo, 26 de julho, Dia Mundial dos Avós e dos Idosos, a Liga dos Amigos do Hospital de Lamego realizará uma visita cheia de amor e alegria aos doentes e distribuirá lembranças que aquecem o coração!



Associação dos Voluntários do Hospital de São Teotônio de Viseu

Sendo hoje celebrado o Dia dos Avós, a Associação dos Voluntários do Hospital de São Teotónio de Viseu vem desta forma homenagear todos os Avós.

"SER AVÓS
Ser avós é uma doce aventura
É reinventar a vida com letras de sol e ternura
É procurar forças renovadas
Em fontes que pensámos esgotadas
É querer ser jovem eternamente
E agarrar a vida que corre velozmente
É achar mais nosso o fruto do filho que amadureceu
É aconchegá-lo no peito e dizer feliz: adormeceu...
É permitir hoje, o que ontem se proibiu
É sentir que o amor maior se repartiu
SER AVÓS, É SER AVÓS!
É renovar as raízes gastas e cansadas
É ver nascer flores lindas e perfumadas
É juntar sementes de tolerância e paz
É achar sempre pouco tudo o que se faz.
SER AVÓS...
É repartir uma e outra vez o coração
Por outros netos que, por ventura, chegarão.
É saber que o amor crescerá uma vez mais
Cada vez que os nossos filhos forem pais."
Luísa Castel-Branco



Liga de Amigos do Hospital de Évora

DOAÇÃO

Recebemos com muita gratidão uma generosa doação de casaquinhos de lã, feitos à mão com muito carinho

A autora desta bonita iniciativa nasceu na nossa cidade, mas vive atualmente longe. Ainda assim, quis manter viva a ligação às suas raízes e escolheu a Liga de Amigos para fazer chegar estes casaquinhos a quem mais precisa.

O nosso sincero agradecimento por este gesto de enorme generosidade e solidariedade. Temos a certeza de que cada casaquinho levará, além do conforto, muito amor e dedicação a quem o receber.



Liga dos Amigos do Centro Hospitalar do Baixo Vouga·

O dinheiro angariado com a edição do calendário solidário de 2026, tinha como destinatário o Hospital de Dia do Serviço de Psiquiatria da ULS da Região de Aveiro.

Entregámos um armário necessário ao serviço, e entregaremos em breve mais um armário e material de desgaste rápido.

Receberam o material doado a Tetapeuta Filomena Santos e a Dra. Carla Vicente.



Liga dos Amigos Hospital Padre Américo

Um gesto simples pode fazer toda a diferença.

A Liga dos Amigos Hospital Padre Américo ofereceu 300 exemplares do diário do projeto "Um diário para mim", desenvolvido pelo Serviço de Neonatologia da Unidade Local de Saúde do Tâmega e Sousa.

Destinado aos irmãos de recém-nascidos prematuros internados na Unidade de Neonatologia, este diário procura ajudá-los a compreender e a viver este momento tão especial e, por vezes, desafiante para toda a família.

Ao longo do internamento, os irmãos são convidados a registar emoções, pensamentos e experiências, recebendo também mensagens da equipa de enfermagem com as conquistas e evolução do bebé. Uma forma de fortalecer os laços entre irmãos e envolver toda a família no percurso de cuidados.

A ULSTS agradece à Liga dos Amigos do Hospital Padre Américo o apoio prestado à continuidade deste projeto de humanização, que contribui para tornar a experiência do internamento mais próxima, acolhedora e centrada na família.





Liga de Amigos do Hospital Amato Lusitano



Donativo de Almofadas de Amamentação Reforça Conforto e Humanização dos Cuidados na Obstetrícia da ULS de Castelo Branco

O Serviço de Obstetrícia da Unidade Local de Saúde Castelo Branco (ULSCB) recebeu um donativo de almofadas de amamentação, oferecido pela Liga de Amigos do Hospital Amato Lusitano e pelo Voluntariado Hospitalar, numa iniciativa que visa proporcionar maior conforto às mães durante o período de amamentação.

Este contributo representa mais um exemplo do compromisso destas entidades com a promoção da humanização dos cuidados de saúde e com o bem-estar das famílias acompanhadas pela ULSCB. As almofadas de amamentação constituem um importante apoio às puérperas, favorecendo uma experiência mais confortável e acolhedora num momento particularmente significativo da maternidade.

O Serviço de Obstetrícia destaca a importância destes gestos de solidariedade, que contribuem para reforçar a qualidade dos cuidados prestados e para criar um ambiente cada vez mais próximo das necessidades dos utentes e agradece à Liga de Amigos do Hospital Amato Lusitano e ao Voluntariado Hospitalar este valioso contributo, reconhecendo o seu empenho permanente em apoiar os doentes, as famílias e os profissionais de saúde.

Porque cuidar de quem cuida de um novo bebé também faz toda a diferença, iniciativas como esta refletem os valores de solidariedade, proximidade e humanização que norteiam a prestação de cuidados de saúde na região.

Liga dos Amigos do Hospital de Abrantes

A árvore dos afetos criou raízes no Hospital de Abrantes

O voluntariado hospitalar da ULS Médio Tejo marcou presença nas Festas de Abrantes, num espaço que reuniu várias entidades e organizações que colocam o seu tempo ao serviço da comunidade.

Foi ali que profissionais de saúde e voluntários da Liga dos Amigos do Hospital de Abrantes deram a conhecer o trabalho desenvolvido junto dos doentes e das suas famílias.

E foi também ali que ganhou forma a Árvore dos Afetos.

O Município de Abrantes ofereceu aos voluntários um pequeno cedro e, ao longo das festividades, a comunidade foi deixando nos seus ramos mensagens e palavras de carinho.

Pouco a pouco, a árvore encheu-se de afetos.

Agora plantada em frente ao Hospital de Abrantes, ficará como símbolo da solidariedade, da proximidade e da força do voluntariado.

Tal como esta árvore, também o voluntariado cria raízes, cresce e deixa marca.

No hospital, os pequenos gestos têm um enorme significado.

Uma conversa.

Um café.

Uma música.

Um desenho.

Uma palavra de conforto.

Ou simplesmente alguém disponível para escutar.

A medicina e os cuidados especializados são essenciais. Mas a recuperação também se constrói com presença, escuta e afeto.

Tem algum tempo disponível e vontade de fazer a diferença? Junte-se ao voluntariado hospitalar da ULS Médio Tejo:

Abrantes: 910510011, das 8h00 às 17h00

Tomar: lamigostmr@ulsmt.min-saude.pt

Torres Novas: ligamigos.torresnovas@gmail.com e 918623086











A IMPORTÂNCIA DA LIERACIA EM SAÚDE

A literacia em saúde constitui um dos pilares fundamentais para a promoção da saúde, a prevenção da doença e a sustentabilidade dos sistemas de saúde. Este conceito refere-se à capacidade das pessoas para obter, compreender, avaliar e utilizar informação relacionada com a saúde, de modo a tomarem decisões informadas no seu dia a dia.

Numa sociedade em que a informação é abundante, mas nem sempre rigorosa, possuir um nível adequado de literacia em saúde tornou-se uma competência indispensável.

Os cidadãos com maior literacia em saúde compreendem melhor as recomendações dos profissionais de saúde, aderem de forma mais consistente aos tratamentos prescritos, participam ativamente na prevenção das doenças e utilizam os serviços de saúde de forma mais adequada.

Em contrapartida, baixos níveis de literacia em saúde associam-se a menor adesão terapêutica, maior recurso aos serviços de urgência, pior controlo das doenças crónicas, mais hospitalizações e maior mortalidade.

A crescente complexidade dos cuidados de saúde exige que os cidadãos sejam parceiros ativos dos profissionais de saúde. A gestão de doenças como a diabetes, a hipertensão arterial ou a insuficiência cardíaca, entre outras, depende, em grande medida, da capacidade do doente para interpretar resultados, reconhecer sinais de alarme, cumprir a medicação e adotar estilos de vida saudáveis.

A literacia em saúde fortalece a autonomia do doente, sem substituir o papel do médico ou de outro profissional de saúde, promovendo uma relação baseada na confiança e na decisão partilhada.

Por outro lado, a proliferação de informação falsa ou pouco rigorosa, sobretudo através das redes sociais, representa um desafio crescente. A capacidade de distinguir fontes credíveis de conteúdos enganosos é hoje uma componente essencial da literacia em saúde, protegendo os cidadãos de decisões potencialmente prejudiciais.

A literacia em saúde desempenha igualmente um papel decisivo na prevenção das doenças. Um cidadão que compreende os fatores de risco e os benefícios da prevenção adota mais facilmente estilos de vida saudáveis, como uma alimentação equilibrada, a prática regular de exercício físico, a cessação tabágica e o consumo não excessivo de álcool. Além disso, participa com maior adesão nos programas de vacinação e de rastreio, reconhece precocemente sinais de alerta e procura assistência médica em tempo útil. Esta capacidade de antecipar e prevenir a doença traduz-se em menor incidência de patologias crónicas, melhor qualidade de vida e aumento da esperança de vida saudável.

Promover a literacia em saúde é uma responsabilidade coletiva. Cabe aos profissionais de saúde comunicar de forma clara, às escolas desenvolver competências desde cedo, às instituições públicas disponibilizar informação acessível e aos meios de comunicação divulgar conteúdos cientificamente validados. Simultaneamente, é fundamental adaptar a comunicação às características culturais, sociais e educativas da população.

Num país envelhecido como Portugal, reforçar a literacia em saúde é, por isso, uma das estratégias mais eficazes e custo-efetivas para reduzir a carga da doença, promover um envelhecimento ativo e contribuir para a sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde.

Professor Doutor Manuel Teixeira Veríssimo – Presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos

Liga de Amigos do Hospital de Nossa Senhora da Assunção - Seia

A Liga dos Amigos do Hospital Nossa Senhora da Assunção (LAHNAS) foi recentemente agraciada pelo Município de Seia com a Campânula Municipal de Mérito e Dedicação.

Este gesto simbólico representa o reconhecimento público pelos relevantes contributos prestados pela Lahnsas Seia à população do concelho de Seia, ao longo dos anos, através de uma ação marcada pela dedicação, solidariedade e apoio à comunidade.

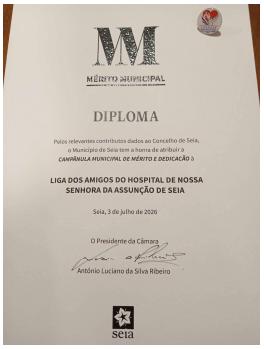
A ULS da Guarda associa-se a esta homenagem, felicitando a LAHNAS por esta distinta distinção e agradecendo o trabalho desenvolvido em prol dos utentes e das instituições de saúde da região.

Uma justa homenagem a quem faz da proximidade e da dedicação uma missão diária.









Liga dos Amigos do Hospital de Santo António

Sessão Solene

No âmbito da sua missão de promoção e valorização do voluntariado hospitalar a Ligados Amigos do Hospital de Santo António (LAHSA) organizou no passado dia 19 de Maio a sua já habitual "Sessão solene de homenagem ao voluntariado".

A cerimonia contou com a presença de distintas individualidades de varias instituições nomeadamente o Sr. Padre Lino Maia Presidente da CNIS, o Dr. Pinto Ribeiro Presidente da FNVS, o Dr. Luís Sena de Vasconcelos, Presidente da Cruz Vermelha Portuguesa, região Norte a Dra. Carolina Negreiros do IPO, Joana Alves da Associação de Estudantes da Escola Superior de Enfermagem do Porto e a Dra. Luciana Pinho medica hematologista da ULS S. António.

O Dr. Manuel Campos, Presidente da LAHSA abriu a sessão dando a palavra ao Dr. José Neto, membro da direção da Liga.

A enfermeira Diretora Rosário Caetano Pereira em representação da direção do Hospital fez uma intervenção sobre a relação exemplar dos voluntários da liga na atividade diária no Hospital.

A sessão contou com a presença do Dr. Joaquim Andrade, medico hematologista da Unidade Local de Saúde de São João convidado para proferir uma palestra intitulada " O doente, familiares/cuidadores, o medico e o hospital ... em dialogo com o Voluntario".

Durante a cerimonia, foram entregues insígnias aos novos voluntários, bem como aos que assinalaram 10 e 20 anos de dedicação ao serviço de voluntariado no nosso hospital.

Na mesma ocasião foi ainda entregue um diploma de participação aos estudantes de Medicina que escolheram a LAHSA para realizar o seu voluntariado.

Após a cerimonia celebrou-se uma missa em homenagem ao Voluntariado em reconhecimento á dedicação, compromisso, e espírito solidário que os voluntários dedicam aos doentes mais carenciados.

A sessão solene decorreu num ambiente de elevado sentido institucional, proporcionando um momento de reflexão e partilha do voluntariado na sua missão de humanismo hospitalar.















Listagem de Protocolos



FARMÁCIA NOVA
MAIS PARA A SUA SAÚDE

- 10% de desconto sobre todos os MSRM /MNSRM (excepto produtos com PVP superior a 50€);
- 10% de desconto em todos os outros segmentos da Farmácia (Dermocosmética, puericultura, fitoterapia, homeopatia, etc.)
- 10% de desconto em produtos de Ortopedia (temos um espaço com ortopedia e uma gama ampla de produtos em exposição, EPI´s)



Clínica de Coimbra
Rua do Brasil, nº 305 , Coimbra, Portugal, 3030-175
Clínica de Seia
Rua do comércio, nº 83-85
6270-133 Paranhos da Beira

- 20% de desconto sobre a nossa tabela dos tratamentos dentários generalistas (extrações, restaurações, destartarizações).
- Ficam excluídos do presente Protocolo tratamentos especializados como implantologia, ortodontia, prostodontia removível ou fixa, endodontia, periodontologia ou oclusão.



TERMAS DE S. PEDRO DO SUL

A **Termalistur** – Termas de São Pedro do Sul E.M., S.A. , nos termos deste Protocolo, assume o compromisso de garantir, em condições mais vantajosas às do público em geral – descontos de 20% entre 1 de dezembro e 28 de fevereiro e de 5% entre 1 de março e 30 de novembro em todas as Curas Termais, a realizar nas Termas de São Pedro do Sul (estes descontos não são acumuláveis com outros descontos disponíveis nas Termas de São Pedro do Sul)



Condições de utilização do **cartão BP Bónus**:
• Desconto nos produtos Ultimate (gasóleo e gasolina Ultimate): até 0,08€/L
• Desconto nos combustíveis Simples: até 0,06€/L
• Permite a utilização por familiares.
• O Cartão Bónus é um cartão de desconto, não é um cartão de pagamento
• Cada cartão só poderá efetuar um máximo de 5 abastecimentos diários com um volume máximo global diário de 500€



Maleri Cabeleireiro Estética

Corte homem / mulher, coloração, madeixas e depilação.

Lashes By Me - Jéssica

Extensão de Pestanas, unhas de gel / verniz gel

10%

Rua Nova da Balsa, 44 fr , Viseu



SMILE.UP
CLÍNICAS DENTÁRIAS

Vantagens do protocolo Smile.up

Preços reduzidos em todos os tratamentos, aplicados através da **utilização da tabela de preços de protocolo:**

BRANQUEAMENTO
Até
-25%

ORTODONTIA
Até
-15%

TRATAMENTOS GENERALISTAS
Até
-15%

IMPLANTOLOGIA E PRÓTESE FIXA
Até
-15%

HIGIENE ORAL
Até
-10%

PRÓTESE REMOVIVEL
Até
-10%

As nossas 79 clínicas

NORTE
Amarante
Arcos de Valdevez
Barcelos
Braga
Bragança
Chaves
Fafe
Guimarães – Espaço Guimarães Shopping
Guimarães – Av. Conde Margaride
Paços de Ferreira
Póvoa de Varzim
Santo Tirso
V.N. Famalicão
Viana do Castelo
Vila Real – Av. Carvalho Araújo
Vila Verde

GRANDE PORTO
Ermesinde
Gondomar
Matosinhos
Paredes
Penafiel
Porto - Areosa
Porto - Amial
Porto – Campo Alegre
Porto – Trindade
V.N.Gaia
Carvalhos – V.N.Gaia

CENTRO
Águeda
Aveiro
Benedita
Caldas da Rainha – Shopping La Vie
Cantanhede
Castelo Branco
Coimbra
Covilhã – Serra Shopping
Espinho
Figueira da Foz – Rua da República
Figueira da Foz – Rua Miguel Bombarda
Guarda
Ílhavo
Leiria
Pombal
Santarém
São João da Madeira
Tomar
Torres Novas
Viseu – Fórum Viseu
Viseu – Av. Dr. Alexandre Alves

ALENTEJO
Almodôvar
Beja
Évora
Sines

MADEIRA
Funchal

GRANDE LISBOA
Alfragide – Shopping Alegro
Algés
Almada
Barreiro – Fórum Barreiro
Lisboa – Alcântara
Lisboa – Alvalade
Lisboa – Arroios
Lisboa – Benfica
Lisboa – El Corte Inglés
Lisboa - Lumiar
Loures
Montijo
Odivelas
Queluz
Setúbal
Torres Vedras
Vila Franca de Xira

ALGARVE
Albufeira
Faro
Lagoa
Lagos
Loulé
Olhão
Portimão
Silves
Tavira



Farmácia do Instituto Pereira Zagalo Ovar

Rua Cândido dos Reis, 73. Ovar.
256 574 606

10% de desconto no valor a liquidar pelo utente em todos os medicamentos e produtos farmacêuticos. aos vossos associados e colaboradores devidamente identificados

Farmácia d'Arrábida

APOIO AO CLIENTE

Farmácia d'Arrábida
Centro Comercial Arrábida Shopping, Loja 030
4400-346 Vila Nova de Gaia
www.farmaciadarrabida.pt

- 10% de desconto em compras na Farmácia d'Arrábida e na Ortopedia d'Arrábida, ambas situadas no Centro Comercial Arrábida Shopping. Este desconto não é acumulável com outras campanhas /promoções e exclui os seguintes produtos:
- Produtos das categorias de leites, fraldas, resguardos de adulto e de criança e/ou produtos de incontinência urinária e todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum.
- Medicamentos sujeitos a receita médica comparticipados e não comparticipados de valor igual ou superior a €50.

▪ **5% de desconto** no website www.farmaciadarrabida.pt em todos os produtos, à exceção de leites, fraldas, toalhitas, resguardos e outros produtos de incontinência. Estão ainda excluídos todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum

SANCLIDEN

Av. João Paulo II lote 22 loja 5,
5000-198 Vila Real

As condições especiais são:
- **2.5%** de desconto em implantologia e ortodontia no valor do tratamento
-**5%** de desconto em dentisteria e restantes tratamentos
-**10%** de desconto em branqueamento dentário



Clínica Médico-Dentária da Gândara dos Olivais

Desconto de10% no valor das nossas consultas

Rua 25 de Abril nº465, r/chão
2400-488 Leiria

ALBERGARIA-A-VELHA - Rua José Nunes Alves, nº 21
3850-076 Albergaria-a-Velha
AVEIRO – Praça Humberto Delgado, nº12, R/C
3810-117 Aveiro
CARREGAL DO SAL - Rua Dr. Afonso Costa, nº1
3430-003 Carregal do Sal
COVILHÃ – Rés-do-chão do Hospital Pero da Covilhã
6200-251 Covilhã
GUARDA – Largo Frei Pedro, nº42
6300-711 Guarda
OLIVEIRA DE AZEMÉIS – R. Dr. Salvador Tavares Machado n.º 33
3720-246 Oliveira de Azeméis
PESO DA RÉGUA – Rua dos Camilos, nº3
5050-273 Peso da Régua
PORTO – Rua da Constituição, nº913
4200-020 Porto
SEIA – Rua 1º de maio
6270-479 Seia
VILA NOVA DE GAIA – Av. da República, Ed. Gaya, nº1820 Loja 2
4430-194 Vila Nova de Gaia
VISEU – Av. António José de Almeida, nº40 R/C
3510-120 Viseu
VISEU – Largo General Humberto Delgado, nº9/11
3500-139 Viseu
VISEU –Palácio do Gelo, Piso 0 – Loja 023
3500-606 Viseu



Os seus óculos com inteligência artificial? Sim, Temos!

Descrição do produto ou serviço desconto de:
Lentes*
Unifocais/progressivas 40% (quarenta)
Armações da marca indigo (marca exclusiva omb) 40% (quarenta)
Óculos de sol** 20% (vinte)
Armações multimarcas** 20% (vinte)
Lentes oftálmicas essilor/zeiss*** 10% (dez)
Lentes de contacto 10% (dez)
Produtos de limpeza e desinfecção de lentes de contacto 10% (dez)
Outros artigos 10% (dez)
Serviço de assistência técnica e pós-venda gratuito
Serviço de consultas de optometria / contactologia gratuito
Campimetrias / retinografias / top. Corneanas / treinos visuais 20% (vinte)
Medição de tensão ocular gratuito

Palace Hotel & Spa Termas de São Tiago (Quinta do Cafalado - 6090-543 Penamacor
Palace Hotel & Spa Termas de São Miguel (Serra da Esgalhada - 6370-183 Fornos de Algodres
Palace Hotel & Spa Termas de São Vicente (Rua Alameda D. Rosa Branca Archer, nº 51 - 4575-373 Pinheiro- Penafiel
Palace Hotel & Spa Termas do Bicanho (Freguesia de Samuel - 3130-112 Soure, Coimbra
Palace Hotel & Spa Astúrias (Rua dos Balneários, nº 334, 3600-398 Termas do Carvalhal - Castro Daire
Palace Hotel & Spa Monte Rio Termas de São Pedro do Sul (Estrada da Lameira, Cruzamento com a variante Várzea - 3660-688 São Pedro do Sul
Plácido Hotel Douro Tabuaço (Quinta de S. Plácido - 5120-413 Tabuaço
Hotel Monte Rio Barragem da Aguieira (Cruzamento com o IP3, junto ao acesso da Barragem da Aguieira - 3450-011 Almaça, Mortágua

Grupo Desenvolvimento Termas de Portugal

Um desconto de 15% (quinze por cento) em todas as estadias nas Unidades Hoteleiras indicadas.





Conheça a rede de lojas Ergovisão:

Aguiar da Beira
Avenida da Liberdade, n.º 52 | Tel 232 687 087

Aveiro
Rua de Coimbra, n.º 1 | Tel 234 426 240

Braga
Av. da Liberdade, 494 | Tel 253 273 062

Castro Daire
Avenida 5 de Outubro, n.º 21 | Tel 232 374 155

Estarreja
Av. Visconde Valdemouro, Ed. Galerias Santo António | Tel 234 028 019

Gondomar
Avenida 25 de Abril, nº90 | Tel 220 931 168

Leiria
Avenida Heróis de Angola, n.º 74 | Tel 244 837 837

Mangualde
Rua dos Combatentes da Grande Guerra, n.º 49 | Tel 232 185 766

Nelas
Avenida João XXIII, Edifício Central, P 0 - Loja 20 | Tel 232 945 099

Oliveira Frades
Avenida Dr. António José Almeida, Bloco B, n.º 24 Loja 1 | Tel 232 763 522

Penalva do Castelo
Rua Primeiro de Dezembro, n.º 57 | Tel 232 643 210

Porto
Rua Passos Manuel, n.º 22 | Tel 222 073 300
Largo Ferreira Lapa n.º 48 | Tel 226 095 760

São João Madeira
Avenida Dr. Renato Araújo, n.º 329 | Tel 256 838 721

Sátão
Rua Dr. Hilário Almeida Pereira, n.º 175B | Tel 232 982 496

Vila Nova de Gaia
Avenida da República, n.º 1368 | Tel 223 753 134

Viseu
Rua Alexandre Herculano, n.º 182 | Tel 232 414 850
Rua Alves Martins - Ed. Liberal, Loja 3AG | Tel 232 423 264

Consulte online toda a nossa rede de lojas em:
ergovisao.pt/rede-de-lojas-opticas



Farmácia Nery

Desconto de 10% direto em todas as faturas do valor pago pelo utente, com a exceção dos medicamentos sujeitos a receita médica não comparticipados com preço superior a 50€, nos quais o desconto a aplicar será de 5€.

Bairro do Vale, lote 44 - Abraveses, Viseu

Largo de Infantaria 7, 25 r/c
2410-111 Leiria

CONDIÇÕES ESPECÍFICAS

Descontos aplicados sobre a tabela de preços para particulares
100% Desconto na 1ª consulta (consulta de diagnóstico – inclui rx panorâmico)
50% Desconto na 1ª Higiene Oral
20% Desconto em Implantologia, Prótese, Ortodontia (exclui alinhadores invisíveis), Endodontia, Cirurgia Oral e Periodontologia, Dentisteria Operatória, Medicina Dentária Preventiva, Oclusão, Radiologia, Branqueamento.

CLÍNICAS ABRANGIDAS

Parceria válida nas clínicas **GSD Dental Clinics** de Lisboa (Marquês de Pombal, Benfica e Alcântara), Belas, Torres Vedras, Leiria, Peniche e Caldas da Rainha.
Os descontos apresentados são válidos para os possuidores do Cartão Nacional do Voluntariado em Saúde e agregado familiar (familiares diretos) e não são acumuláveis com outras ofertas ou promoções em vigor.



FITNESS FACTORY LAMEGO

Rua 25 Abril, Bloco 2A
Quinta das Lages, Lamego

Tabela de Preços/Condições

Designação	Público em Geral	Integrantes do Protocolo
Jóia de Inscrição	50€	18,50€
Taxa de Renovação	18,50€	18,50€
Factory S (*Livre trânsito e plano de fidelização de 12 meses*)	34,90€/mês	28,90€/mês
Acompanhamento Nutricional	INCLUÍDO	INCLUÍDO
Aulas de Grupo	2,99€/mês	OFERTA
*Oferta das mesmas condições de adesão a 1 familiar direto (cônjuge/filhos)		