



### V Reunião de Dirigentes do Voluntariado em Saúde

A V Reunião de Dirigentes do Voluntariado em Saúde realizou-se no sábado passado na UTAD ( Vila Real ) numa parceria entre a Federação Nacional do Voluntariado em Saúde e a Liga dos Amigos do hospital de S. Pedro de Vial Real. O Voluntariado Universitário e a sua integração na sociedade civil através das Organizações que promovem o Voluntariado em Saúde foi o tema principal de três conferências excelentes e que capacitaram a meia centena de Dirigentes presentes a acolherem e a gerirem melhor estes jovens Voluntários.

A última conferência abordou a questão da Coordenação do Voluntariado nas Ligas de Amigos e nas Associações de Voluntários, tendo colocado questões práticas da sua gestão diária e deixado uma pergunta , para a qual todos devemos encontrar uma resposta rápida e assertiva: o que NÃO estamos a fazer para trazer mais jovens para o Voluntariado em Saúde?

Com uma logística soberba e uma organização magnífica, a V Reunião de Dirigentes do Voluntariado em Saúde foi um êxito por todos reconhecido, pelo que é da mais elementar justiça felicitar a Liga dos Amigos do Hospital de S. Pedro, pela eficiência, empenho e profissionalismo que dedicaram ao evento. Bem hajam.



### Liga dos Amigos do Hospital de S. Pedro de Vila Real

No dia 9 de maio, o Campus da UTAD, em Vila Real, foi o centro do debate nacional sobre o voluntariado. Em parceria com a Federação Nacional do Voluntariado em Saúde, celebramos o V Encontro Nacional dos Dirigentes do Voluntariado em Saúde, reunindo 80 representantes de 12 associações de todo o país.

Sob o lema “O Voluntariado como Competência de Ação: Desafios do Voluntariado Jovem”, abraçamos o desafio de olhar para o voluntariado não apenas como um gesto de altruísmo, mas como uma verdadeira competência de ação, um exercício prático de cidadania que desenvolve resiliência, liderança e empatia.

Destaques de uma jornada de excelência:

Visão Académica: A Prof.ª Doutora Raquel Chaves (UTAD) e o Prof. Doutor Manuel Nuno Alçada (UP) foram unânimes: o voluntariado é insubstituível na formação cívica e no sucesso educativo. Para estudantes de saúde, é a "escola" onde se aprendem soft skills vitais como a paciência clínica e a visão integral do paciente.

Equilíbrio Mental: A Dra. Rita Começanha (Projeto BAMBUP) alertou para o papel do voluntariado como antídoto ao isolamento social, no fortalecimento da empatia e no desenvolvimento de habilidades sociais, fundamentais ao equilíbrio emocional dos jovens.

Novos Paradigmas: A Dra. Sónia Fernandes (Pista Mágica) desafiou-nos a ver o voluntariado como uma via de dois sentidos. Não é um ato unidirecional, mas um intercâmbio horizontal onde quem dá também cresce, amplia a sua rede e desenvolve novas capacidades.

Saímos desta jornada com orgulho e com a certeza de que as parcerias entre a Academia e as Organizações são o caminho para formar profissionais e cidadãos de excelência.

Obrigado a todos os que tornaram este encontro um sucesso!

#### FICHA TÉCNICA:

#### BOLETIM INFORMATIVO

Propriedade FNVS

Rua do Crasto, 749

4150-247 Porto

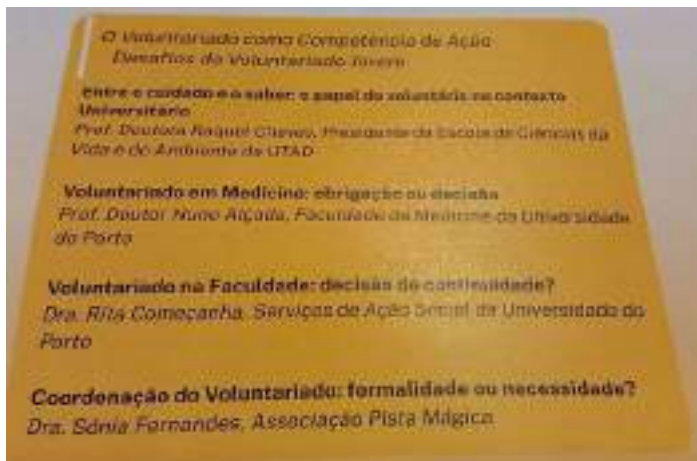
Tel: - 969032696 / 962319818

[geral@fnvs@gmail.com](mailto:geral@fnvs@gmail.com)

<http://www.voluntariadoemsaude.org>

Distribuição gratuita – formato digital

## V Reunião de Dirigentes do Voluntariado em Saúde



**O XVI ENCONTRO NACIONAL DO VOLUNTARIADO EM SAÚDE ESTÁ EM MARCHA  
MARQUE NA SUA AGENDA – 17 DE OUTUBRO – CASCAIS  
VAMOS DAR NOTÍCIAS MUITO EM BREVE**

**Noite de Fados**

**28 Anos**  
Liga dos Amigos Centro de Saúde Soares dos Reis

**26 de Maio**  
**19 horas**  
Auditório do Centro Paroquial de Mafamude

**Inês Soares**      **Miguel Bandeirinha**

**Jantar** Caldo Verde  
Bacalhau com natas e migas  
Leitão à Bairrada c/batata frita  
Sobremesas  
Vinho branco e tinto, águas, refrigerantes e café

Reservas e Pagamento Até 20/05/2026 25 Guitarras

Sede da LACSSR | 912 923 990  
Email: geral@lacssr.net  
MB 1647 - 912 923 990  
IBAN - PT50 0036 0241 99100045178 75

**Liga dos Amigos Centro de Saúde Soares dos Reis**

Convidamos a participar no Jantar Comemorativo do 28 Aniversário da LACSSR no dia 26 de maio pelas 19h no Auditório do Centro Paroquial de Mafamude.

O evento contará com momentos de fados com a presença de Miguel Bandeirinha e Inês Soares, que irão certamente tornar esta noite ainda mais memorável.

Contamos com a sua presença para juntos celebrarmos mais um ano desta instituição.

Com limite de inscrições até dia 20/05/2026.

25 Guitarras



Porque ser Mãe é cuidar, dar e estar presente, hoje os nossos Voluntários dedicaram o seu tempo a visitar doentes do Hospital de São Teotónio, levando não só flores de papel feitas pelos próprios mas também carinho, atenção e palavras que aquecem o coração. Para muitas Mães longe das suas famílias, estes momentos fizeram toda a diferença! Que nunca falte empatia, presença e humanidade, especialmente nos dias em que mais precisamos, porque, às vezes, são os pequenos gestos que fazem a maior diferença!

**Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé**

**3 Maio**

A LIGA DOS AMIGOS, DESEJA A TODAS AS MÃES, EM ESPECIAL ÀS NOSSAS, UM FELIZ DIA DAS MÃES

**Liga dos Amigos do Hospital Distrital da Figueira da Foz**

Realização de duas atividades formativas no Auditório do HDFS, subordinadas aos temas “Autocuidado, essencial em todas as fases da Vida” e “Proteção de Dados Pessoais-Aspetos Fundamentais”, cujas formadoras foram, respetivamente, a Enfermeira Rosário Figueiredo e a Dr.ª Maura Azevedo, incluídas no 1.º ciclo de Formação para os Voluntários, do 1.º Semestre – 15 de maio.



**Feliz Dia Da Mãe**

**Liga dos Amigos do Centro Hospitalar de Gaia**

A TODAS, com o carinho da Liga! 🌸

### Liga dos Amigos do Hospital Distrital de Chaves

#### MÃE

“No teu abraço encontro conforto, sabedoria e força para seguir a minha caminhada.

Cada gesto teu, cada sacrifício silencioso, cada abraço nos momentos difíceis e teu persistente amor incondicional, fazem de ti o meu porto seguro e meu exemplo de vida.

Obrigado por seres minha mãe”.



A Liga dos Amigos do Hospital Distrital de Chaves, comemorou o Dia da Mãe, distribuindo pequenas lembranças nos serviços de: Urgência Pediátrica; Consulta externa de Pediatria e Obstetrícia, Serviço de Medicina Paliativa e Hospital de Dia / Oncologia.

### Liga de Amigos do Hospital de Évora



**Ser voluntário...** é muito mais do que estar presente! É oferecer tempo, carinho, atenção e fazer a diferença através de pequenos gestos. Entre sorrisos, dedicação e empatia, os nossos voluntários levam conforto e alegria a quem mais precisa.

**por fazerem parte desta missão tão especial !**

### Liga de Amigos e Voluntariado da ULS Viseu Dão Lafões



Assinalando-se o Dia Internacional do Enfermeiro, a Liga associou-se, com enorme sentido de reconhecimento, à celebração promovida pela ULS Viseu Dão-Lafões com o lema “ O Enfermeiro em todos os momentos da sua vida” e à homenagem realizada no Hospital de São Teotónio a todos os profissionais de enfermagem pelo seu compromisso, dedicação e humanidade. 🍀

A todos os Enfermeiros e Enfermeiras, deixamos um profundo agradecimento pelo trabalho incansável que desenvolvem diariamente, sendo um pilar essencial na prestação de cuidados de saúde e no apoio aos doentes e às suas famílias.

Que este dia seja também um reconhecimento merecido da vossa entrega, competência e espírito de missão. Parabéns a todos os profissionais de enfermagem!



### Dental Duo



Rua José Carvalho de Sá  
Miranda, 286  
Vila Nova de Famalicão

Aceda à vasta tabela  
de DESCONTOS  
publicada no site da  
FNVS



### Associação dos Voluntários do Hospital de São Teotónio de Viseu

A Associação de Voluntários do Hospital de S. Teotónio marcou presença no Encontro Nacional dos Dirigentes do Voluntariado em Saúde, realizado na UTAD-Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, subordinado ao tema: “Voluntariado como Competência de Ação – Desafios do Voluntariado Jovem”.

Os diversos temas apresentados, embora abordados sob diferentes perspetivas, convergiram todos nos valores essenciais que dão sentido ao voluntariado: empatia, dedicação, solidariedade e compromisso com o próximo. A nossa Associação agradece profundamente a oportunidade de participar neste encontro tão enriquecedor, que certamente contribuirá para o fortalecimento e crescimento da nossa missão.

Dirigimos também uma palavra especial de reconhecimento a todos os palestrantes, pela excelência das suas intervenções, reflexões e partilhas inspiradoras. Ficou-nos, de forma muito especial, uma frase que resume a verdadeira essência do voluntariado: “Ver o mundo com os olhos do outro.”

Continuaremos a seguir este princípio, trabalhando diariamente com dedicação, humanidade e espírito solidário, na construção de um mundo melhor para todos.

### Associação dos Voluntários do Hospital de São Teotónio de Viseu

O Hospital de S. Teotónio de Viseu vestiu-se de festa para celebrar o Dia Internacional do Enfermeiro.

A nossa Associação fez questão de estar presente neste momento tão especial, levando consigo um profundo sentimento de gratidão e reconhecimento por todos os enfermeiros que, todos os dias, cuidam da vida com dedicação, competência, humanidade e que fazem da sua missão um verdadeiro ato de amor ao próximo.

Neste ano, o SNS assinala esta data com o tema “Enfermeiros Empoderados Salvam Vidas”, uma mensagem que traduz, de forma tão verdadeira, o valor incalculável destes homens e mulheres.

Que este dia seja não só de celebração, mas também de reflexão e valorização de uma profissão essencial, que merece o respeito, o reconhecimento e o carinho de toda a sociedade.

A todos os enfermeiros, o nosso mais sincero e sentido obrigado.



### Banco de Sangue São João

Para Carlos Dias e Maria Emilia Lopes, ajudar os utentes do Hospital São João é uma constante. Como se não bastasse dedicarem as suas vidas à Associação de Voluntariado do Hospital São João, ainda salvam vidas através da dádiva de sangue!

Siga este exemplo de generosidade e serviço à comunidade e venha ajudar-nos a salvar vidas!

Damos sangue juntos. Salvamos vidas juntos.





A FNVS esteve de Parabéns no dia 21 de maio. Agradecemos as gentis mensagens que nos fizeram chegar. Deixamos uma pequena reflexão do Sr. Presidente Dr. Carlos Pinto Ribeiro.

Em 21 de maio de 2007, um conjunto de personalidades idealizaram a construção da Federação Nacional do Voluntariado em Saúde com a intenção de unir as várias ligas, associações e organizações que tinham o foco no apoio aos Doentes e seus Familiares, dando-lhes mais força, representação e coordenação.

Ao longo dos anos, a importância da Federação foi-se alicerçando e fortalecendo, tornando-se num reconhecido elo de ligação entre a mais de meia centena de federadas.

Nos últimos sete anos e na gestão dos atuais Corpos Sociais, tem sido lema e prática da Federação Nacional do Voluntariado em Saúde representar as suas federadas junto do Estado, Hospitais e outras Instituições, defender interesses comuns e dar voz ao setor, coordenar esforços entre várias associações, partilhar formação, experiências e boas práticas, dar credibilidade e visibilidade ao trabalho realizado e promover valores comuns, neste caso ligados ao Voluntariado e à humanização na Saúde.

A Federação Nacional do Voluntariado em Saúde está muito focada em melhorar a qualidade do seu Voluntariado, apostando fortemente na formação dos seus Voluntários, na melhoria da relação com as Instituições prestadoras de Cuidados de Saúde e seus Profissionais e em promover uma cultura de solidariedade e humanização dos cuidados.

Manteremos esta linha de ação plenamente convictos de que uma federação só faz sentido através das suas federadas. São elas a sua alma, a sua força e a razão da sua existência, porque uma federação não é apenas uma estrutura, é a união viva das federadas que acreditam numa causa comum.

**LAHDC**  
LIGA DOS AMIGOS DO HOSPITAL DISTRITAL DE CHAVES

**NIPC 503178390**

**VOLUNTARIADO**

-  **ACOLHER** com o coração o doente, o familiar ou o cuidador;
-  **ACOMPANHAR** com esperança o doente, o familiar ou o cuidador, dentro do Hospital;
-  **AJUDA** na alimentação e **PREVENÇÃO** da solidão, nos internamentos;
-  Ser **VOLUNTÁRIO(A)** é ajudar!

 **SEJA VOLUNTÁRIO**

☎ 776 332 204    📧 [lgem@nfvscfakzhevoqgtrmtoam](mailto:lgem@nfvscfakzhevoqgtrmtoam)    🌐 [www.lahdc.pt](http://www.lahdc.pt)

## VOLUNTÁRIO EM SAÚDE

A presença que cura: Onde a medicina oferece a técnica, o voluntário oferece o acolhimento e a humanidade.



## 2026 ATIVIDADES DO VOLUNTARIADO

### Ação direta com o doente

- . Encaminhamento dos doentes dentro do Hospital.
- . Apoio aos doentes nas 4 refeições no Serviço de Urgência e nos pisos de internamento.
- . Serviço de Carrinho com chá, café, sumos, bolachas e iogurtes a todos os doentes, familiares e a quem precisar. Serve cerca de 400 pessoas/dia.
- . Serviço de Cabeleireira nos internamentos sempre que solicitado.
- . Atendimento diário Porta Aberta para os doentes e familiares.



### Apoios diretos aos doentes carenciados

Todos os apoios que são prestados aos doentes requerem sempre um pedido do Serviço Social, médico ou enfermeiro com a vinheta de identificação do doente.

- . Oferta mensal de cabaz de produtos alimentares, no valor aproximado de 50€.
- . Pagamento de medicação, suplementos dietéticos e artigos ortopédicos.
- . Pagamento de transportes.
- . Oferta de vestuário ou de higiene pessoal.
- . Apoios à Pediatria, Pedopsiquiatria e Neonatologia, têm sido doados: mantinhas, vestuário e brinquedos, nomeadamente 2 motos e 2 carros elétricos oferecidos pela AUCHAN. Estes últimos destinados á Urgência e Internamento.

### Projecto de partilha, cidadania e humanização “ DEIXAR A SEMENTINHA”

Deste projeto resultaram a atribuição de vários donativos e prémios.

- Divulgação da partilha, com a exibição de vídeos consoante a faixa etária a que se destina: primária, secundário e pré universitário, sob a orientação de dois voluntários que, além de prestarem todos os esclarecimentos, convidam os participantes a doar algo seu, para ajudar quem precisa (roupa, livros,

- brinquedos ou produtos alimentares).
- É sempre com muita alegria que depois, um grupo de jovens visita o nosso voluntariado e entrega as suas ofertas no nosso Jardim.
- Este programa é previamente combinado com o representante das escolas ou colégios.

### Estágio de Voluntariado no Hospital a partir dos 16 anos

Este projeto foi iniciado em 2011 tem tido grande afluência dos jovens. O processo inicia-se com uma entrevista aos candidatos, e após preencher uma Ficha de Dados, combina-se o horário, é atribuída uma bata do Voluntariado e inicia-se o estágio sempre acompanhados por Voluntários Séniores. É ensinado o modo de abordar o doente e o desempenho das diversas tarefas.

No final do estágio, é feita uma cerimónia simbólica com a entrega do Diploma assinado pela nossa Presidente. Este, destina-se a apresentar nas Escolas ou Faculdades para obter benefícios na avaliação escolar. Esta ação é estendida a estudantes estrangeiros e pode ser emitido em inglês.



### Reconhecimentos e Concursos Ganhos

Programa + voluntariado. Troféu português de voluntariado c.m.l.2015

Fundação altice 2016

Fundação marquês c.m.o. 2020

Auchan portugal 2021

Auchan (jeunesse paris) 2022

Fundação c.gulbenkian 2022

Apoio ao voluntariado – covid 2022

Oferta de Oeiras Valley de uma ambulância ao nosso hospital, 2022

FNVS, menção honrosa no Concurso Dr. Heitor do Carmo, 2024,

1º prémio da CMO, Oeiras Community, 2025

Contribuição do Voluntariado para a Humanização do HSFx

. Num terreno disponível dentro da área do Hospital foi feito o Jardim da Bia incluindo biblioteca, com contribuições da ALGECO, DELTA, C.M.L, C.M.O., Liga Amigos Hsfx, AIG.

Oferta de 2 pianos e 1 órgão electrónico.

### Liga dos Amigos do Hospital São Francisco Xavier

#### 2026 ATIVIDADES DO VOLUNTARIADO

Festas no Natal com oferta de bolo rei a todo o Hospital.  
Visita a todo o Hospital com coro Natalício e Pai Natal.

#### Associações de que somos Membros :

Federação Nacional do Voluntariado em Saúde  
Federação Nacional do Voluntariado;  
Banco do Voluntariado C.M.O.  
Banco do Voluntariado de C.M.L  
Entrajuda.



#### Doações ao Hospital

- Sofás e móveis e móveis para Cuidados incentivos,
- Cadeiras de rodas para a urgência
- Distribuição de reforço alimentar aos colaboradores das Urgências do Hospital, durante a epidemia Covid em 2021, em colaboração com vários Restaurantes de Oeiras e da Proteção Civil.
- Envio para a Ucrânia de roupas, agasalhos, alimentação e de 1 estatueta de Nossa Senhora de Fátima em 2022.



### CARTÃO NACIONAL DO VOLUNTARIADO EM SAÚDE

*Se ainda não tem o seu... porque espera!*

### Liga dos Amigos do Hospital de S. Pedro de Vila Real

O Hospital da Fantasia chegou ao Hospital de São Pedro, e a Liga dos Amigos marcou presença!

Ontem, o Serviço de Pediatria do Hospital de São Pedro encheu-se de magia, com as crianças a trazerem os seus bonecos ao hospital para uma consulta muito especial. A nossa Liga esteve lá, com uma prendinha para cada pequeno(a) visitante, para tornar este momento ainda mais memorável.

Parabéns a todos os Profissionais do Serviço de Pediatria por esta iniciativa tão criativa e cheia de carinho, é assim que se humanizam os cuidados de saúde!

E um obrigado muito especial aos nossos Voluntários, sempre disponíveis, sempre presentes, sempre de coração aberto



### Liga dos Amigos do Hospital Distrital da Figueira da Foz



Liga dos Amigos do Hospital Distrital da Figueira da Foz  
Por iniciativa e dinamização do Grupo de Voluntários, entrega à Junta de Freguesia de São Julião, de produtos alimentares, de higiene, brinquedos, outros bens de primeira necessidade e 250€ em dinheiro, para oferta a famílias ou pessoas individuais identificadas como mais carenciadas

### Liga de Amigos do Hospital de Évora

32 anos de história, dedicação e voluntariado

Celebrámos mais um aniversário da Liga de Amigos do Hospital de Évora, num momento marcado pela partilha, alegria e união entre todos os que fazem parte desta caminhada tão especial.

Ao longo da noite vivemos momentos muito bonitos, entre sorrisos, convívio e música. Um agradecimento muito especial às nossas voluntárias, que tornaram o jantar ainda mais especial ao cantarem algumas canções e proporcionarem momentos de grande emoção e alegria

Agradecemos também, mais uma vez, à Fra Doces, que pelo segundo ano consecutivo ofereceu o bolo de aniversário da nossa Liga de Amigos, adoçando esta celebração tão importante para todos nós.

A todos os voluntários, amigos, parceiros e participantes... o nosso sincero obrigada por continuarem a fazer parte desta história.



### Liga dos Amigos do Hospital de Lamego

A Federação Nacional do Voluntariado em Saúde aceitou o convite da Liga dos Amigos do Hospital de Lamego para participar no evento comemorativo da passagem do seu 34º aniversário e esteve representada pelo seu Presidente da Direção.

A cerimónia decorreu na belíssima sala do Teatro Ribeiro Conceição, que estava lotada, comprovando a excelente relação entre a Liga dos Amigos do Hospital de Lamego e a Sociedade Lamecense.

Na sua intervenção, o Sr. Presidente da Direção da FNVS referiu que trinta e quatro anos de trabalho incansável, gratuito, solidário e fraterno ao próximo, transformaram vidas e levaram esperança onde ela mais era necessária, verdadeiros exemplos vivos de prestadores incansáveis de empatia, coragem e serviço à comunidade.

E fez os mais veementes votos para que esta trajetória continue repleta de conquistas, de compaixão, de aprendizagem e, principalmente, com muito coração. Agradeceu a todos os voluntários que, com sua entrega, a sua disponibilidade e competência, fazem a diferença na saúde e no bem-estar de tantas pessoas.



### XVI Encontro Nacional do Voluntariado em Saúde

A Liga dos Amigos do Hospital de Cascais, em parceria com a Federação Nacional do Voluntariado em Saúde, vai organizar, em 17 de outubro de 2026, o XVI Encontro Nacional do Voluntariado em Saúde, no concelho de Cascais

### Liga dos Amigos do Hospital de Santo Tirso

Ontem, 23 de Maio, o Complexo Desportivo de Areias foi palco de um Jogo Solidário emocionante, que uniu o FC Porto Vintage e as Estrelas da Liga (Amigos do Hospital de Santo Tirso) em prol de uma causa nobre: a Liga dos Amigos do Hospital de Santo Tirso. Agradecemos a todos os jogadores, patrocinadores, voluntários e, claro, ao público que encheu as bancadas e contribuiu para o sucesso deste evento.

Cada rifa vendida no sorteio de vários prémios ajudará a fazer a diferença. Juntos, mostramos que o desporto tem o poder de transformar vidas! Um agradecimento especial aos nossos apoiantes e a todos os outros que tornaram este dia possível.



### Liga dos Amigos Hospital Padre Américo

No âmbito do nosso Plano Anual de Formação, com a colaboração da FN VS e da Dra. Alina Oliveira, realizamos a ação de formação "Comunicação e Imagem Institucional" e "Identidade, Valores e Ética".

Empenhados em fazer a diferença e do voluntariado, uma força transformadora na saúde.



#### APOIO AO CLIENTE

Farmácia d'Arrábida  
Centro Comercial Arrábida Shopping, Loja 030  
4400-346 Vila Nova de Gaia  
[www.farmaciadarrabida.pt](http://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 participados e não participados de valor igual ou superior a €50.

▪ **5% de desconto** no website [www.farmaciadarrabida.pt](http://www.farmaciadarrabida.pt) em todos os produtos, à exceção de leites, fraldas, toalhas, resguardos e outros produtos de incontinência. Estão ainda excluídos todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum

**Núcleo de Voluntariado de Mértola****TOMADA DE POSSE**

Apresentamos a equipa que compõe os Corpos Sociais (2026–2028) desta Associação, e que tomou posse no passado dia 26 de março.

Desejamos a todos e a todas um excelente trabalho, bem como, um sincero agradecimento pela vossa dedicação em prol do Núcleo de Voluntariado de Mértola.

Prestamos ainda um enorme agradecimento a todos e a todas os/as VOLUNTÁRIOS/AS, ASSOCIADOS/AS, COLABORADORES, FUNCIONÁRIA e PARCEIROS que, com generosidade e espírito de missão, dão vida a este projeto todos os dias.

Este é um caminho que se faz em conjunto, com entreaajuda, compromisso e um forte sentido de comunidade. Cada contributo, por mais pequeno que pareça, faz a diferença e ajuda a construir algo maior.

Um bem-haja a todos e a todas pela vossa entrega, dedicação e coração



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 de 10% no valor das  
nossas consultas**

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

**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  
REMOVÍVEL

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 – Areeira  
Porto – Arnial  
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 – AVALADE  
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

## Liga dos Amigos do Hospital do Montijo



É com Muita Gratidão que a Liga dos Amigos do hospital do Montijo faz este Agradecimento público à Câmara Municipal, e ao Seu Presidente Exmo. Sr. Fernando Caria, que sempre tem uma Grande Consideração para com a Nossa Instituição, Bem Aja ao Sr. Presidente, como ao Município da Cidade do Montijo



## Liga de Amigos do Hospital de Évora

Esta manhã, a Liga de Amigos reuniu com a União das Freguesias de Évora - São Mamede, Sé, São Pedro e Santo Antão para uma reunião de trabalho, onde foi apresentado o papel da Liga enquanto instituição dedicada à promoção do voluntariado em saúde e do apoio social à comunidade.

Foi também um momento importante para alinhar apoios e reforçar o compromisso de manter uma parceria ativa, sempre com o objetivo de melhor servir a nossa população.

Expressamos o nosso agradecimento pela disponibilidade do Senhor Presidente da Junta, Exmo. Sr. Dr. Francisco Branco de Brito

## SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS



<http://www.voluntariadoemsaude.org>



## Liga dos Amigos do Hospital Visconde de Salreu



2 de maio  
16,30 h

Raquel Mendonça, Presidente da Liga

A Liga dos amigos do Hospital Visconde de Salreu, em parceria com o Estação Viva Festival, convida-te a fazer parte de uma caminhada especial — onde cada passo é um gesto de cuidado, união e solidariedade.

Junta-te a nós, traz a tua energia e vem caminhar por uma causa que nos toca a todos.

### Listagem de Protocolos



- 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.



A **Termalitur** – 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



**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



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





**Ergovisão**  
Para os seus olhos

**Usufrua de vantagens especiais na Ergovisão**

- 50% Desconto**  
Na primeira aquisição de lentes oftálmicas da marca Pentax.
- 10% Desconto**  
Em líquidos de contactologia e produtos diversos
- 25% Desconto**  
Em óculos de sol\*, armações\*, lentes oftálmicas e lentes de contacto

**Marque já a sua consulta**

- Optometria
- Oftalmologia
- Contactologia
- Baixa visão
- Audiologia

[ergovisao.pt](http://ergovisao.pt)

**ergovisão**

**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 1758 | 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](http://ergovisao.pt/rede-de-lojas-opticas)



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 Infanteria 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.

Tabela de Preços/Condições



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

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)		