

EDITORIAL

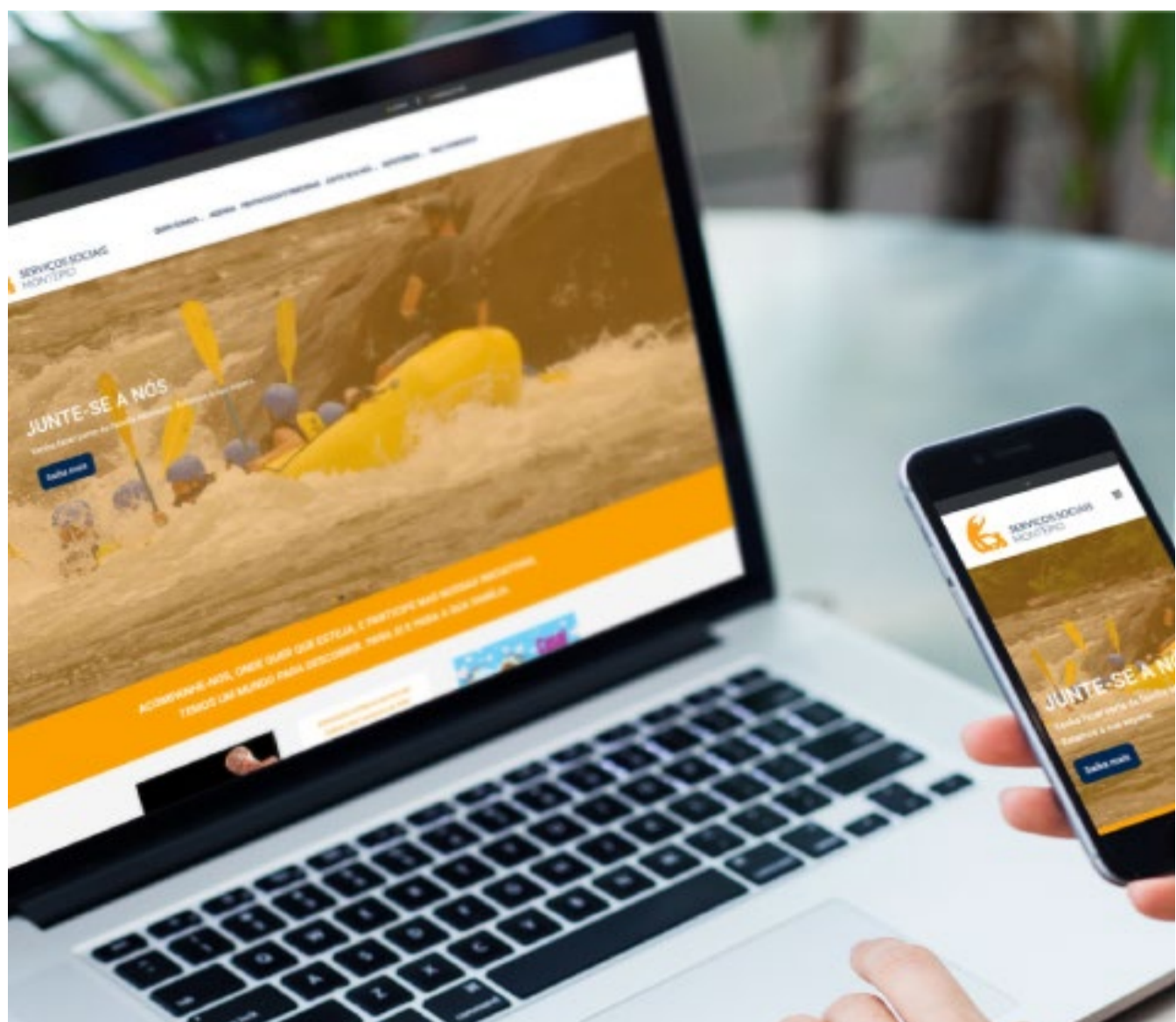
Caro Associado,

O pior já passou... Portugal encontra-se a desconfinar e os nossos Associados também se estão a adequar.

Passamos mais tempo na rua, algum em atividades, porém mantendo o núcleo familiar e, acima de tudo, em segurança. Considerando este tema e adequando o nosso papel às circunstâncias, lançámos várias atividades aproveitando o dia da criança para o pontapé inicial. Desde visitas aos Zoológicos e a diversas Exposições, passando por aulas de surf, batismos de mergulho e alguns espetáculos, sem desprezar as propostas online, tentamos promover a alegria e a diversão. Não falem, inscrevam-se!

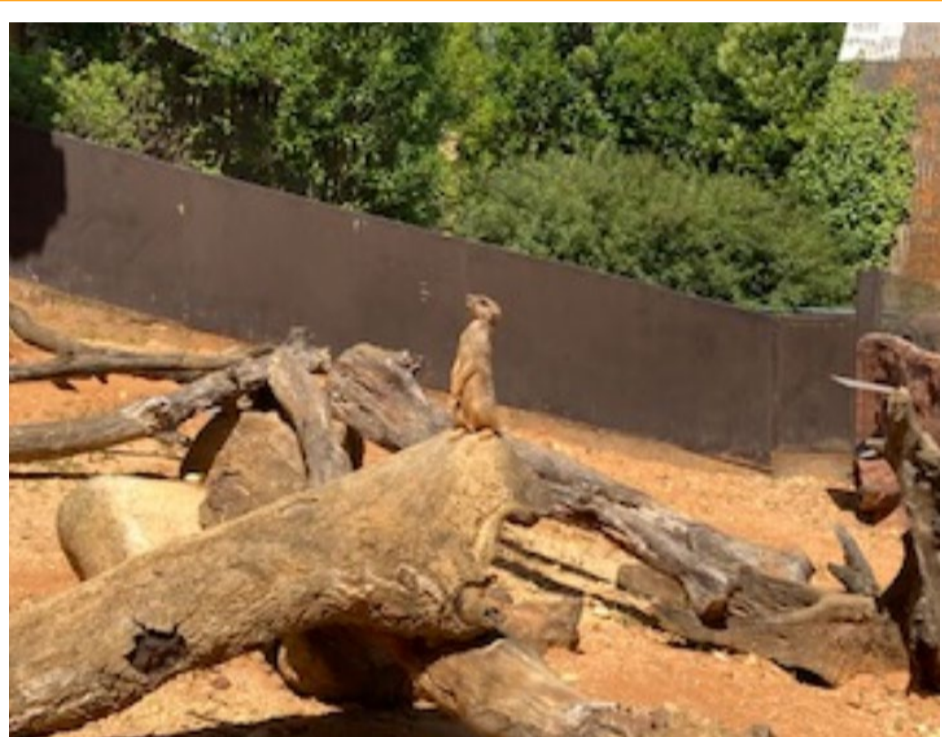
Até breve

NUNO GONÇALVES



ZOO DE STO. INÁCIO | DIA DA CRIANÇA

No passado dia 30 de Maio estivemos no Zoo Santo Inácio – Vila Nova de Gaia no âmbito das atividades do dia da criança. Com a participação de 33 Associados/Beneficiários e, num dia de muita afluência no parque, foi possível criar condições para que, a nossa pequenada, levasse os pais a ver os animais e despertar o fotógrafo que há em si.



DESCOBRIR A PRÁTICA DO YOGA

Iniciou-se, no passado mês de Maio, a instrução de prática de Yoga em formato online, com a professora Paula Barros.

Trabalhando os conceitos do Respirar e do Bem Sentir, semanalmente, é proposto, aos praticantes, uma intenção e motivação.

O nível de exigência cresce gradualmente, dotando os alunos de ferramentas que podem usar na gestão do dia-a-dia.

Até julho, todos os sábados, vamos Descobrir a Prática do Yoga.

SURF EM FAMÍLIA COSTA DA CAPARICA

29 surfistas aproveitaram uma manhã de calor, para pegar na prancha e domar umas ondas cheias de adrenalina, nas belas praias da Costa da Caparica.



CUIDADORES INFORMASIS | FORMAÇÃO

Em parceria com a Associação de Reformados organizámos uma formação online para cuidadores informais, que se desenrolou ao longo de dois sábados de manhã (22 maio e 29 maio). A formadora Elsa partilhou com os presentes alguma da sua experiência, bem como diversos conteúdos bastante pertinentes para quem, ao longo da sua vida, se defrontou com a necessidade de prestar apoio a um próximo que apresente limitações ou handicaps.



ssmontepio.pt

+351 213 245 100

servsociais@montepio.pt

AVISO DE CONFIDENCIALIDADE

Esta mensagem, assim como os ficheiros eventualmente anexos, é confidencial e reservada apenas ao conhecimento da(s) pessoa(s) nela indicada(s) como destinatária(s). Se não é o seu Destinatário, ou se lhe foi enviada por erro, solicitamos que não faça qualquer uso do respetivo conteúdo e proceda à sua destruição, notificando o remetente.

LIMITAÇÃO DE RESPONSABILIDADE

A segurança da transmissão de informação por via eletrónica não pode ser garantida pelo remetente, o qual, em consequência, não se responsabiliza por qualquer facto susceptível de afetar a sua Integridade.

CONFIDENTIALITY NOTICE:

This message, as well as existing attached files, is confidential and intended exclusively for the individual(s) named as addressees. If you are not the intended recipient, or if it was sent to you by error, you are kindly requested not to make any use of its contents and to proceed to the destruction of the message, thereby notifying the sender.

DISCLAIMER:

The sender of this message can not ensure the security of its electronic transmission and consequently does not accept liability for any fact which may interfere with the integrity of its content.