

FUNDAÇÃO S. JOÃO DE DEUS

5

SEGUNDA

**SESSÃO DE BELEZA:
CUIDADOS COM A PELE**

🕒 15:00 📍 1 sabonete
📍 Fundação S. João de Deus

Sabia que a pele do rosto é mais sensível que a pele do corpo? Com a chegada do inverno acabamos por esquecer os cuidados diários que a nossa pele precisa, por isso começamos o mês a cuidar da nossa pele, com uma consultora da Mary Kay.



7

QUARTA

BAILE DE CARNAVAL

🕒 16:30 📍 7★ + 1kg de massa (mín.)
📍 Restaurante Fogão Nativo, Apolo 70

Este ano o Carnaval vai ter um sabor especial: para além do lanche preparado com muito carinho, vai haver baile com concurso de máscaras e atribuição de prémio! Vista a sua melhor fatiota e venha ter connosco!



8

QUINTA

E-FATURA

🕒 14:30 📍 1kg de feijão manteiga (mín.)
📍 Fundação S. João de Deus

Coloque as suas dúvidas sobre o e-fatura. Nós respondemos e apoiamos na inserção das faturas. Por marcação.



11

DOMINGO

COMEMORAÇÃO DO DIA MUNDIAL DO DOENTE

🕒 11:00 📍 Gratuito

📍 Casa de Saúde do Telhal (ISJD), Sintra

No ano em que a Casa de Saúde do Telhal celebra 125 anos na prática de hospitalidade, o Dia Mundial do Doente será assinalado com a realização de uma Eucaristia presidida pelo Cardeal Patriarca de Lisboa, com transmissão em direto na TVI.



14

QUARTA

E-FATURA

🕒 9:30 📍 1kg de feijão manteiga (mín.)

📍 Fundação S. João de Deus

Coloque as suas dúvidas sobre o e-fatura. Nós respondemos e apoiamos na inserção das faturas. Por marcação.



14

QUARTA

CHÁ DE SÃO VALENTIM

🕒 16:00 📍 1☆ + 1 caixa de chá

📍 Fundação S. João de Deus

Todos os dias são dias para dizer à família, amigos, cães, gatos, peixinhos, que lhes queremos bem e que são importantes na nossa vida! Neste dia, lançamos o desafio de escrever uma carta para um amigo secreto e/ou trazer uma fotografia da vida em casal ou com amigos e partilhar com os amigos de S. João de Deus. Aceita o desafio? Hoje, já disse "amo-te"?



19

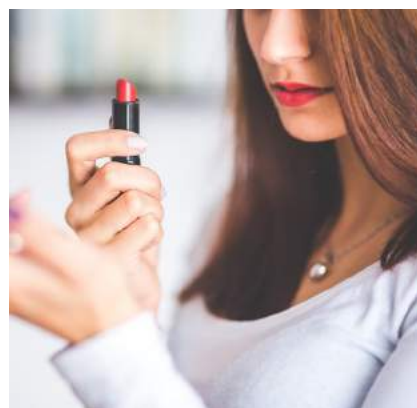
SEGUNDA

WORKSHOP DE MAQUILHAGEM

🕒 15:00 📍 1 sabonete

📍 Rua João de Freitas Branco

Venha, gratuitamente, aprender técnicas de maquilhagem que nos ajudarão a ficar ainda mais bonitos em todas as ocasiões. Inscrições limitadas.



21

MUSEU NACIONAL DO AZULEJO

🕒 14:30 📍 1★ + 1 caixa de cubos de caldo
📍 Rua da Madre de Deus, 4

QUARTA

Sabia que o Museu Nacional do Azulejo está instalado no Convento da Madre de Deus mandado construir pela Rainha D. Leonor em 1509? Este mês, nós vamos lá!



22

DOUTORA EXPLICA

🕒 15:30 📍 1★ + 1 pilha média/grande
📍 Fundação S. João de Deus

QUINTA

Tem dúvidas sobre a sua saúde (relatórios médicos; tomada de medicação; alimentação; entre outros temas)? Venha ter com a Doutora Maria do Carmo Cerqueira para esclarecer todas as suas dúvidas. Por marcação.



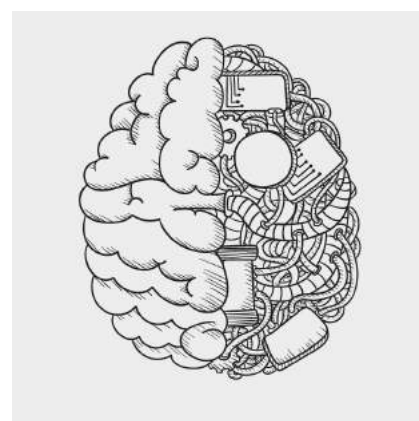
27

DÊ CORDA À SUA MEMÓRIA

🕒 16:00 📍 1kg de açúcar (mín.)
📍 Fundação S. João de Deus

TERÇA

Vamos falar sobre estimulação cognitiva; porque é importante manter o cérebro ativo e exercitado e como podemos ter memória de elefante! Inscrições limitadas.



28

CAMINHADA NA (C)IDADE

🕒 15:00 📍 1kg de feijão manteiga (mín.)
📍 Fundação S. João de Deus

QUARTA

Caminhar diariamente é um ótimo exercício para deixar o corpo em forma, melhorar a saúde e retardar o envelhecimento. E na companhia da PSP, vamos continuar a ver Lisboa com outros olhos! Contamos consigo?



a partir de

15

QUINTA

INFORMÁTICA PARA TODOS

🕒 10:30 📍 1kg de arroz (mín.)

📍 Fundação S. João de Deus

Com a nossa voluntária Rita Ramos. As sessões são 100% personalizadas e são uma excelente oportunidade para tirar o melhor partido do computador! Por marcação.



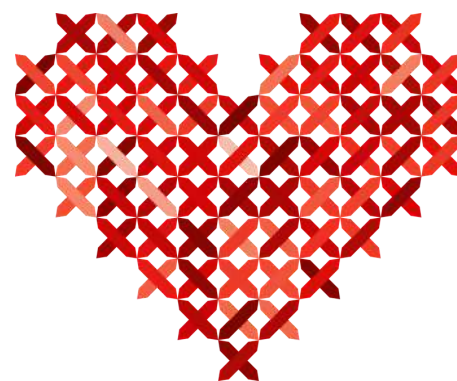
SEGUNDAS
E
SEXTAS

COMPANHIA DO CROCHET

🕒 10:30 📍 1kg de arroz

📍 Fundação S. João de Deus

Na companhia de voluntárias que dedicam o seu tempo e a sua arte e com a doação de lãs, estamos a confeccionar artigos solidários! Junte-se a nós!



JÁ COLOCOU UM POUCO DE SI NO CONTENTOR?



FUNDAÇÃO
S. JOÃO DE DEUS

Av. Júlio Dinis, n.º 23 - S/L., 1050-130 Lisboa (Campo Pequeno)
217 983 400 | lisboa@fsjd.pt | www.fsjd.pt

Nota: É necessária inscrição para as atividades.

Apoios:

MARY KAY



Vitamina-te

