

Comunicação aos Associados (ADEB)

Jóia e Quota de Associados

Em reunião de Corpos Gerentes, RCG, do dia 09 de Novembro de 2013, foi decidido manter em vigor a cobrança de uma jóia no valor de **15 euros** quando o utente é atendido formal e pessoalmente quando da Avaliação Primária Social e Clínica (APSC) ou no ato de inscrição como associado.

Assim, ainda, foi decidido na RCG, actualizar o valor da quota (**anuidade**) para **40 euros** quando da inscrição do associado, sendo a mesma liquidada em numerário, cheque ou vale de correio, na condição obrigatória do pagamento da anuidade do ano seguinte ser por Débito Direto.

Nesta sequência, tendo como referencial aquele princípio e regra, os novos associados inscritos a fim de serem admitidos como associados no 1º semestre pagam o valor da quota “anuidade”, correspondente ao ano civil a que respeita, por inteiro ou seja 40 euros.

Os associados inscritos para serem admitidos no 2º semestre, ou seja, a partir de 1 de Julho, passam a pagar a quota de 20 euros correspondente ao ano civil a que respeita.

Foi, ainda, aprovado continuar a conceder a excepção do pagamento da anuidade por cheque, numerário ou vale correio, condicionado a uma pré-avaliação social e económica pelo técnico que acolhe a inscrição como associado da ADEB.

Avisam-se todos os associados que pagam quotas pela modalidade de cheque ou numerário, que as mesmas deveriam ter sido pagas até 28 de Fevereiro de 2015, referente às anuidades em atraso.

Caso verifique que a sua quota se encontra por liquidar, após este aviso a(s) mesma(s) estão a pagamento no prazo de 30 dias, a fim de se manterem os direitos como associados da ADEB.

Jóia e Quota de Associado

	Periodicidade	Valor
Jóia	Pagamento único	15 €
Quota de Associado	Anual	40 €



Sede Nacional da ADEB

Quinta do Cabrinha, Avenida Ceuta,

Nº 53-lj F-J
1300-125 LISBOA

Telefone: 21 854 07 40/8
Fax: 21 854 07 49
Telemóvel: 96 898 21 50
Email: adeb@adeb.pt

Delegação da Região Norte

Urbanização Santa Luzia

Rua Aurélio P Reis 357-r/c, Porto
4250-068 PORTO

Telefone: 22 606 64 14 / 22 833 14 42
Fax: 22 833 14 43
Telemóvel: 96 898 21 42
Email: regiao_norte@adeb.pt

Delegação da Região Centro

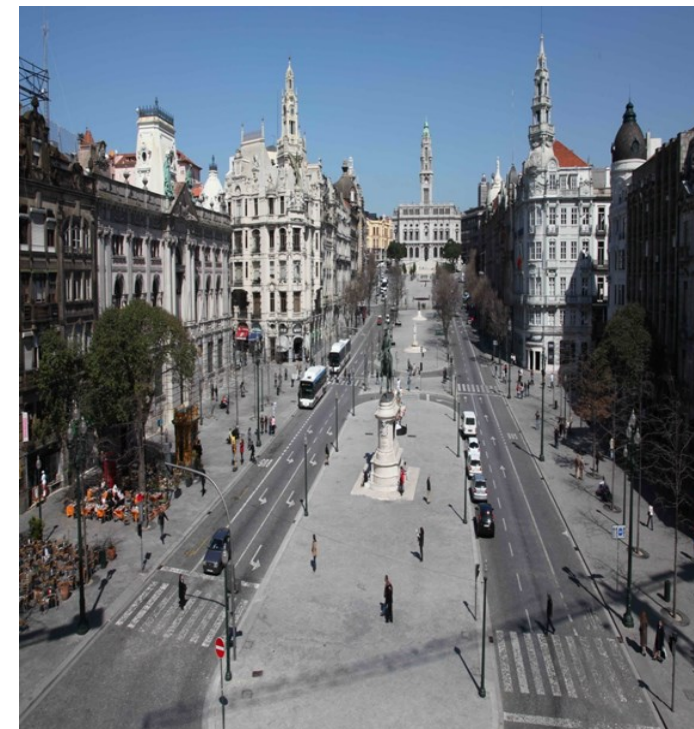
Rua Central, nº 82, Mesura-Santa Clara
3040-197 Coimbra

Telefone: 23 981 25 74
Fax: 23 981 25 74
Telemóvel: 96 898 21 17

Nº. de Contribuinte: 502610760
www.adeb.pt



Associação de Apoio aos
Doentes Depressivos e
Bipolares
IPSS de utilidade pública com fins de
Saúde



DELEGAÇÃO NORTE
ATIVIDADES
PROGRAMADAS
2º SEMESTRE DE 2015

Sessões Psicopedagógicas (SPP)
Grupos de Ajuda-Mútua (GAM)
Comunicação aos Associados ADEB

CARO (A) ASSOCIADO (A)

Caro (a) Associado (a)

Na expectativa de que as suas férias tenham sido boas, a Direcção da ADEB leva ao seu conhecimento a programação para o 2º Semestre de 2015.

Pretendemos que as temáticas propostas vão ao encontro de toda a comunidade ADEB, sempre com a missão de minorar o sofrimento e isolamento, com vista a um maior conhecimento, auto-estima e qualidade de vida.

Neste sentido, iremos promover sessões psicopedagógicas com temáticas bastante pertinentes e apelativas, cuja sua presença e contributo é fundamental.

Não esqueça ainda que iremos promover actividades recreativas tais como workshops, sessões de cinema e outras actividades de carácter recreativo, pelo que solicitamos a sua atenção a cada uma das nossas publicações (via e-mail e correio convencional) para que se possa inscrever e participar.

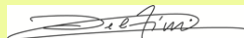
Por fim, gostaríamos de relembrar a importância da sua presença e dos seus familiares/ amigos, não só pelos temas propostos, mas também pela oportunidade de questionar, tirar dúvidas, dar o seu testemunho junto de oradores especializados nestas temáticas, bem como junto de toda a comunidade ADEB.

A aposta da Delegação Norte é elevar o conhecimento, é restabelecer a auto-estima, é garantir a auto-eficácia, sempre com a missão de uma maior e melhor qualidade de vida de quem nos procura!

Contamos consigo!

Saudações Fraternalis

Presidente da Direcção da ADEB
Delfim Augusto Oliveira



A felicidade consiste em dar passos na direcção de si próprio e ver o que se é.

José Saramago

SESSÃO PSICOPEDAGÓGICA

A psicoterapia cognitivo-comportamental nas Perturbações do Humor

ORADOR:

Sónia Cherpe
Psicóloga Clínica
ADEB-Delegação Centro

DATA:

19 de Setembro 2015 a partir das 15h00

Local:

Instalações da Delegação Norte da ADEB

A importância das unidades sócio ocupacionais, dos Grupos de Ajuda Mútua e dos Grupos Psicoeducativos

ORADORES

Diana Aguiar
Lidia Agueda
Orlinda Correia

Técnicas da Delegação Centro

DATA:

14 de Novembro 2015 a partir das 15h00

Local:

Instalações da Delegação Norte da ADEB

Festa de Natal

DATA:

12 de Dezembro 2015 a partir das 15h00

Local:

A definir

GRUPOS DE AJUDA MÚTUA

SEXTA-FEIRA

Grupo Unipolares
14:30 horas

Grupo Bipolares
16:00 horas

18 de Setembro

16 de Outubro

13 de Novembro

11 de Dezembro

SÁBADO

Grupo de Familiares
9:30 horas

Grupo de Bipolares
11:30 horas

19 de Setembro

17 de Outubro

14 de Novembro

12 de Dezembro

NOTA: A participação nos GAM implica uma avaliação primária, social e clínica (APSC) e inscrição como associado da ADEB com as quotas em dia.

WWW.ADEB.PT

SIGA-NOS EM

<https://www.facebook.com/adeb.pt>