



ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE
E APOIO SOCIAL DO PESSOAL DA TAP
NIPC 501 725 199 - IPSS 8/86

Conversando

BOLETIM PROPRIEDADE DA ASSOCIAÇÃO - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
EDIÇÃO QUADRIMESTRAL - SETEMBRO A DEZEMBRO 2026

Sede – Complexo Social: Rua dos Moinhos, 62 – Casal da Granja – 2710 – 652 Sintra Tel. 21 960 58 30 Email. geral.sintra@asastap.pt

Instalações TAP – Hangar 4 – 1º - Gab.42 – 1700-008 – Lisboa Tel. 21 841 65 61 Email. geral.lisboa@asastap.pt

EDITORIAL

Conforme planeamento feito no início do ano, conseguimos fazer todas as obras planeadas, passo a descrever para conhecimento geral:

- Nova Etar com capacidade de 100 m3;
- Parque coberto com painéis solares para 20 viaturas;
- Instalação de painéis solares para produção interna em media cerca de 55kw hora;
- Instalação de painéis para aquecimento de água, com duas bombas de calor;
- Renovação do pavilhão, com um aumento de capacidade de mais 20 m2, ficando com uma área de 144 m2;
- Pintura exterior do edifício, muros e telhados; pintura de todo o interior quer nas áreas comuns, todos os quartos, arranjo dos wc e isolamento;
- Aumento do refeitório de mais 20 lugares;
- Instalação de ar condicionado em todos os quartos, gabinetes e áreas comuns no total 80 unidades;
- Abertura do portão de emergência.

Assim está a nossa ASASTAP, aguardamos a vossa visita, sempre que quiserem.

AA

QUOTAS

Relembramos os Associados da ASASTAP da necessidade do pagamento das quotizações. Aquando do pagamento pedimos, que identifique a transferência com o seu número TAP, de forma a identificar a regularização da sua quota.

NIB 0033 0000 0010488 0766 05
Millennium BCP

Contacto Lisboa—21 841 65 61
Contacto Sintra—21 960 58 30

Email Lisboa—geral.lisboa@asastap.pt
Email Sintra— geral.sintra@asastap.pt

ASSEMBLEIA GERAL

No próximo dia **24 de novembro 2026**—terça-feira, irá realizar-se a Assembleia Geral da ASASTAP no Edif. 28—3º piso, sala 3.14, no Aeroporto de Lisboa, pelas 16h30. Convidam-se todos os sócios a estarem presentes, serão discutidos, diversos assuntos de interesse para a Instituição.



ALMOÇO NATAL ASASTAP

12 de dezembro 2026

Hotel Meliã - Lisboa Aeroporto

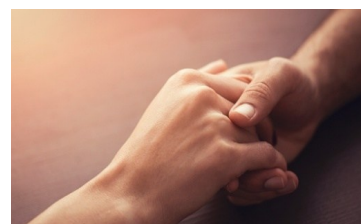
Ementa em anexo.

Marque já na sua agenda!



“Ninguém mais estará só enquanto a vida durar”

Sant’Ana Henriques
Novembro 1984



POR AQUI ACONTECE...

JORNADAS PARA O ENVELHECIMENTO

No próximo dia 27 de Outubro, a ASASTAP marcará presença no painel de oradores das I Jornadas para o Envelhecimento, representada pela nossa Psicomotricista, Inês Pereira, neste que é um evento dedicado à partilha de conhecimento, reflexão e atualização científica na área do envelhecimento dinamizado pela Câmara Municipal de Sintra.

A participação nestas jornadas representa uma oportunidade de atualização de conhecimentos, partilha de experiências e contacto com profissionais de diferentes áreas, que poderão contribuir para a melhoria dos cuidados prestados na nossa associação.

Para a ASASTAP, a aposta na formação contínua dos seus profissionais assume particular importância, contribuindo para uma intervenção cada vez mais qualificada, informada e centrada na pessoa mais velha.

ESPLANADA

Com a chegada dos dias mais quentes, as idas à esplanada tornaram-se um momento esperado. Semanalmente, organizámos um grupo de utentes e dirigimo-nos à esplanada da Praia da Foz do Lizandro, onde o som das ondas e o cheiro a



maresia marcaram o ambiente. As manhãs foram aproveitadas para conversar, apreciar a paisagem e sentir a brisa do mar. Os mais corajosos não resistiram: molharam os pés na água e fizeram uma pequena caminhada junto à costa.

CARACOLADA

Para refrescar as tardes quentes de verão, nada melhor do que um bom petisco. Assim, servimos um lanche composto por caracóis, pão com chouriço e um saboroso paté de atum, confeccionado no nosso atelier de culinária. Os petiscos, preparados pelos nossos utentes, revelaram-se particularmente saborosos.



VISITA ANUAL SANTUÁRIO de FÁTIMA

No dia 18 de setembro realizou-se a visita anual ao Santuário de Fátima, com a presença de 20 utentes e 14 colaboradores. O programa contemplou a recitação do terço na Capelinha das Aparições, seguida de um almoço no Hotel Fátima e de um pequeno passeio pela zona comercial, onde houve oportunidade para comprar lembranças. A iniciativa decorreu num clima de convívio, fé e alegria, proporcionando momentos de partilha e de enriquecimento para todo o grupo.



MARCHAS POPULARES

**ASASTAP unida, trabalho com primor,
Cuida dos utentes com carinho e amor!
E quem trabalha canta com o fado na voz,
A nossa tradição que vive dentro de nós**



No dia 30 de junho, utentes e colaboradores da ASASTAP juntaram-se com grande entusiasmo às Marchas Populares em honra de São Pedro, padroeiro de Sintra. A iniciativa decorreu num

clima de festa, empenho e forte sentido de comunidade.

Sob o tema "Portugal: Símbolos e Tradições", a marcha inspirou a conceção dos trajes

e adereços, produzidos com cuidado no Atelier semanal "Artisticamente". Cada pormenor espelhou a criatividade e a dedicação de todos, que desfilaram com orgulho e emoção.

O programa incluiu ainda uma atuação de fado, em sintonia com o tema, a tradição popular e a poesia, cativando utentes, familiares e equipa.

Esta iniciativa veio reafirmar o compromisso da ASASTAP com a valorização do património cultural, fomentando momentos de alegria, inclusão e expressão artística para toda a comunidade.

