



mutualidades
portuguesas

2023

AS MUTUALIDADES PORTUGUESAS

MÃOS QUE CUIDAM E PROTEJEM

FAÇA PARTE DESTE MOVIMENTO.



mutualidades
portuguesas

ÍNDICE

04	FICHA TÉCNICA
05	APRESENTAÇÃO
06	A UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS
07	ÓRGÃOS ASSOCIATIVOS 2021-2024
08	RESPOSTA SOCIAL - CIDA CL
09	MUTUALISMO
10	MOVIMENTO MUTUALISTA EM NÚMEROS
18	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS
22	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO NORTE
54	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO CENTRO
64	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO SUL
80	PROTOCOLOS
97	PARCEIROS INSTITUCIONAIS

■ FICHA TÉCNICA

AS MUTUALIDADES PORTUGUESAS'23

EDIÇÃO

UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS

REDAÇÃO E DESIGN GRÁFICO

GABINETE DE COMUNICAÇÃO E IMAGEM

IMPRESSÃO E ACABAMENTO

MULTITEMA – SOLUÇÕES DE IMPRESSÃO SA

DATA DA EDIÇÃO

JANEIRO DE 2023

DADOS FACULTADOS PELAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS FILIADAS,
OU DISPONIBILIZADOS NAS PLATAFORMAS DE COMUNICAÇÃO

■ CONTATOS

MORADA

AVENIDA 29 DE MARÇO, 754, LOJA 14, 3885-518 ESMORIZ, PORTUGAL

TELEFONE

+351 256 112 880 (CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)

+351 915 393 126 (CHAMADA PARA A REDE MOVEL NACIONAL)

E-MAIL

UNIAO@MUTUALISMO.PT

APRESENTAÇÃO



LUÍS ALBERTO SILVA
PRESIDENTE DO CONSELHO
DE ADMINISTRAÇÃO DA UMP

Cerca de uma centena de mutualidades congregam mais de um milhão de associados, empregam mais de 5300 pessoas e geram mais de 380 milhões de euros de Valor Acrescentado Bruto na Economia Social.

Mais do que os números, releva-se o papel de um movimento social que encontra as suas raízes no longínquo ano de 1176, em pleno reinado de Afonso Henriques, e que sempre tem caminhado ao lado dos portugueses.

Do associativismo mutualista, brotaram as cooperativas, as associações culturais e recreativas e os sindicatos. Por sua influência, foi criado o Ministério do Trabalho e da Previdência Social na orgânica do Governo e os seus princípios e fundamentos inspiraram a Segurança Social contemporânea.

Na concessão de benefícios complementares de segurança social, na prestação de cuidados de saúde e na assistência medicamentosa, na proteção social de crianças, idosos e

pessoas em situação de vulnerabilidade, no acolhimento e integração de migrantes, no turismo social, formação profissional e para a inclusão, as mutualidades desenvolvem uma atividade que tem um impacto em mais de 2,5 milhões de portuguesas.

A transversalidade da ação destas instituições é assegurada por mais de 1.200 dirigentes, milhares de trabalhadores e voluntários que diariamente e, na maioria dos casos, de forma altruísta, se entregam à missão da solidariedade e entreadjuada, e a quem fazemos a nossa vénia.

Esta publicação dá a conhecer cada uma das associações mutualistas, o que fazem em prol dos seus associados e da sua comunidade, os seus contactos, os obreiros deste movimento constituído por pessoas que trabalham para pessoas e as entidades com quem a União das Mutualidades Portuguesas cultiva relações de parceria com amplos benefícios para as suas filiadas e para os associados delas.

A UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS

A União das Mutualidades Portuguesas (UMP), constituída em 1984, é uma Associação Mutualista de grau superior, que congrega 53 Associações Mutualistas nacionais.

Tem como objetivo principal a representação e a difusão do Movimento Mutualista, e a definição das respetivas orientações estratégicas e linhas gerais de ação.

No âmbito das suas atribuições, é um parceiro ativo na definição das políticas sociais e no desenvolvimento da Economia Social e Solidária, representando o mutualismo a nível nacional e internacional.

A UMP é membro fundador da Cooperativa António Sérgio para a Economia Social (CASES), e está representada no Conselho Económico e Social (CES), no Conselho Nacional para a Economia Social, na Comissão Permanente do Setor Social, entre outros.

No plano internacional, é Vice-Presidente do Comité Intercontinental da União Mundial das Mutualidades, em representação da Europa, membro do Comité Económico e Social Europeu (CESE) e cultiva laços de cooperação com países da Comunidade de Países de Língua Portuguesa (CPLP).

VISÃO

Posicionar o Mutualismo como uma referência do Setor Social e Solidário.

MISSÃO

Reforçar e desenvolver o Movimento Mutualista, promover o associativismo e a modernização das Mutualidades, alargando o âmbito de intervenção social em prol das Mutualidades e seus associados.

VALORES

A ação da organização na promoção, defesa, inovação, cultura e práticas do Movimento Mutualista no desenvolvimento e representação das Mutualidades Portuguesas no território nacional e internacional, assenta nos valores da Solidariedade, Entreeajuda, Corresponsabilidade, Independência, Democraticidade e Liberdade.

ORGÃOS ASSOCIATIVOS 2021-2024

MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



PRESIDENTE

Associação de Socorros Mútuos dos Artistas de Bragança

Carla Silva



1.º SECRETÁRIO

A Previdência Portuguesa Associação Mutualista

António Martins de Oliveira



2.º SECRETÁRIO

Associação de Socorros Mútuos "Restauradora" de Avintes

António Fernando da Silva Sousa

CONSELHO FISCAL



PRESIDENTE

Associação Mutualista de Arcozelo

José Miguel Gomes



VOGAL

Associação de Socorros Mútuos 1º de Dezembro

Jorge Carlos da Conceição Cordeiro



VOGAL

Associação de Socorros Mútuos Fraternal dos Artistas Vilafranquenses

José Vicente Costa de Carvalho

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



PRESIDENTE

A Mutualidade de Santa Maria Associação Mutualista

Luís Alberto Silva



VICE-PRESIDENTE

A Familiar de Espinho Associação Mutualista

José Almeida



VICE-PRESIDENTE

Associação de Socorros Mútuos Protectora dos Artistas de Faro

João Esteves



VICE-PRESIDENTE

MUDIP - Associação Mutualista Diplomática Portuguesa

Luís Cristina de Barros



VICE-PRESIDENTE

Associação de Socorros Mútuos Familiar Vimaranesense

Augusto Abreu

A photograph of four children on a colorful playground structure. Two boys are standing on a higher level, leaning on a green horizontal bar. One boy is wearing a red and white plaid shirt over a white t-shirt, and the other is wearing a blue t-shirt. Two girls are sitting on a lower level, also leaning on the same green bar. One girl is wearing a green t-shirt and a red bandana, and the other is wearing a blue and yellow striped shirt. They are all smiling and looking towards the camera.

EQUIPAMENTO SOCIAL

**CENTRO
INFANTIL**

**DR. ANTÓNIO
DA COSTA
LEAL**

Mantendo o compromisso e missão de solidariedade e de ação social, a União das Mutualidades Portuguesas tem vindo a reforçar as suas competências na gestão da qualidade da resposta social de Creche no Centro Infantil Dr. António da Costa Leal (CIDACL). A missão do CIDACL passa por desenvolver ações promotoras da inclusão social, da proteção das crianças e da responsabilidade social, contando neste momento com uma equipa de 17 profissionais qualificados e experientes, preparados para proporcionar, através de um atendimento individualizado e cuidado, o bem-estar e o desenvolvimento integral das crianças, num clima de alegria e segurança afetiva e física.

O CIDACL está situado na freguesia de Santa Clara, mais especificamente no Campo das Amoreiras, concelho de Lisboa, tendo surgido da urgente necessidade diagnosticada no território de criar respostas de apoio à primeira infância. Iniciou o seu funcionamento em julho de 2016 e a UMP mostrou-se, desde o primeiro momento, disponível para cooperar com o Município de Lisboa na gestão desta Creche, com o objetivo de suprir as necessidades sociais do território, socioeconomicamente vulnerável e com evidentes carências de solidariedade.

À data, o CIDACL apresenta uma taxa de ocupação de 100%, que corresponde a 84 crianças.

Tem vindo a afirmar a sua imagem institucional, não só através da qualidade dos serviços, mas também através dos laços de cooperação com a rede social e comunitária, posicionamento que tem obrigado a UMP a fazer um grande esforço de investimento em equipamento.

MUTUALISMO

O Mutualismo é um movimento civil de solidariedade e previdência, com oito séculos de história, que promove os valores da reciprocidade, proteção e desenvolvimento integral das pessoas que dele fazem parte.

Sem fins lucrativos, o Movimento Mutualista apresenta uma tradição significativa no desenvolvimento de sistemas e modalidades de previdência e solidariedade, constituindo uma terceira via de proteção social que opera entre as soluções de previdência social obrigatória e prestação de serviços sociais do Estado e as ofertas de seguros privados. Essas modalidades são uma alternativa voluntária, solidária e inclusiva, que promove a participação cívica ativa e responsável.

As organizações mutualistas possuem uma capacidade instalada ao nível dos equipamentos e serviços em todo o território nacional e disponibiliza benefícios e serviços sociais a mais de um milhão de associados e 2,5 milhões de beneficiários.

MOVIMENTO MUTUALISTA EM NÚMEROS

ASSOCIADOS INSCRITOS EM 2018



1.084.363

Pessoas Singulares (96,3% com quotas pagas em 2018)



46.123

Pessoas Coletivas equiparadas (11,9% com quotas pagas em 2018)

Fonte: INE, Inquérito ao Setor da Economia Social, 2018.

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA SOCIAL

MODALIDADES	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
SUBSÍDIO FUNERAL	28	238137
SUBSÍDIO SOBREVIVÊNCIA	5	5272
MORTE/SOBREVIVÊNCIA/FUNERAL	11	-
POUPANÇA	13	8329
MODALIDADE REFORMA	7	718
HABITAÇÃO	3	165
APOIO AO ESTUDO E FORMAÇÃO	2	186
MODALIDADE SÉNIOR	1	10
APOIO À FAMÍLIA	1	200
INVALIDEZ	5	22
VELHICE	1	22
PROTEÇÃO JOVEM	1	12
CAIXA ECONÓMICA	2	0
CAPITAL DE RISCO	1	65
EMPRÉSTIMOS PARA APOIO À HABITAÇÃO	2	-

OUTRAS MODALIDADES	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
APOIO JURÍDICO	6	64
TURISMO SOCIAL	5	1356
CULTURA E LAZER	3	7137
EMPRÉSTIMO SOBRE PENHOR	1	-
FUNERÁRIA	2	-

* Dados parcelares; algumas associações não têm o número disponível.
(Estudo de Caracterização do Movimento Mutualista em Portugal, Luís Capucha e Outros, 2021)

ATIVIDADES NA ÁREA DA SAÚDE

PRINCIPAIS ATIVIDADES NA ÁREA DA SAÚDE	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
MEDICINA GERAL E FAMILIAR	47	39806
ESPECIALIDADES MÉDICAS	43	49939
ENFERMAGEM	38	24347
FISIOTERAPIA	20	83384
ACORDOS PARA MEIOS COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO E TERAPÊUTICA	35	34919
TERAPIAS COMPLEMENTARES	12	3188
MEDICINAS ALTERNATIVAS	9	-
BELEZA E BEM ESTAR	8	1646
ACORDOS FISIOTERAPIA	5	240
ANÁLISES CLÍNICAS	4	371
UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE	1	537
REDE DE CUIDADOS CONTINUADOS INTEGRADOS	4	
SERVIÇO DE ATENDIMENTO PERMANENTE SAP	2	

OUTRAS ATIVIDADES NA ÁREA DA SAÚDE	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
ASSISTÊNCIA MÉDICA E ENFERMAGEM	13	38304
FARMÁCIAS/FARMÁCIAS SOCIAIS	15	7936
ASSISTÊNCIA MEDICAMENTOSA	9	8715
ASSISTÊNCIA MEDICAMENTOSA/MÉDICA	5	-
SEGUROS DE SAÚDE	7	4732
PARAFARMÁCIAS	2	-
ÓTICA	2	-
SERVIÇOS DE SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO	2	-
TRANSPORTE DE DOENTES	1	-

* Dados parcelares; algumas associações não têm o número disponível.
(Estudo de Caracterização do Movimento Mutualista em Portugal, Luís Capucha e Outros, 2021)

PRINCIPAIS RESPOSTAS SOCIAIS

TERCEIRA IDADE	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
CENTRO DE DIA	6	110
SAD	6	174
CENTRO DE CONVÍVIO	4	138
LAR	4	170
UNIVERSIDADE SÉNIOR	1	100
PESSOAS IDOSAS (ESTRUTURAS RESIDENCIAIS E CENTROS DE DIA)	6	951

INFÂNCIA	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
CRECHE	7	365
PRÉ-ESCOLAR	5	269
CENTROS DE ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES	3	95
CRECHES, PRÉ-ESCOLAR OU CENTROS DE ATIVIDADES DE TEMPOS LIVRES	3	652

* Dados parcelares: algumas associações não têm o número disponível.
(Estudo de Caracterização do Movimento Mutualista em Portugal, Luís Capucha e Outros, 2021)

PRINCIPAIS RESPOSTAS SOCIAIS

OUTRAS RESPOSTAS SOCIAIS	N.º DE ASSOCIAÇÕES	N.º DE UTENTES*
CANTINA SOCIAL	4	160
PROJETOS SOCIAIS	3	0
RESIDÊNCIA DE ACOLHIMENTO CRIANÇAS E JOVENS	1	10
APOIO PESSOAS CARENCIADAS	1	-
GABINETE DE INSERÇÃO PROFISSIONAL	1	-
CENTRO QUALIFICA	1	227
INCUBADORA SOCIAL	1	-
LOJA SOCIAL	1	-
ATENDIMENTO E ACOMPANHAMENTO SOCIAL	1	-
RENDIMENTO SOCIAL DE INSERÇÃO	2	-
VIOLÊNCIA DOMÉSTICA	2	288
FORMAÇÃO PROFISSIONAL	4	393
COMUNIDADE E FAMÍLIAS – APOIO DOMICILIÁRIO, CENTROS DE ACOLHIMENTO TEMPORÁRIO, REFEITÓRIOS SOCIAIS, CENTROS COMUNITÁRIOS, CASA ABRIGO	7	2364
APOIO À RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS HABITACIONAIS	1	-
RESIDÊNCIA DE ESTUDANTES	1	-

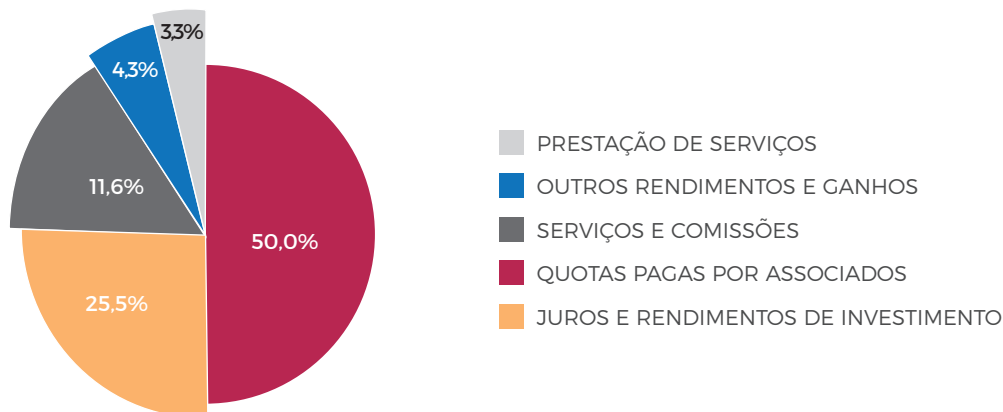
* Dados parcelares; algumas associações não têm o número disponível.
(Estudo de Caracterização do Movimento Mutualista em Portugal, Luís Capucha e Outros, 2021)

EVOLUÇÃO DOS PRINCIPAIS INDICADORES DAS CONTAS SÁTELITE DAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS				ORG. DA ECONOMIA SOCIAL
	2010	2013	2016	VAR. 2010-2016	VAR. 2010-2016
NÚMERO DE ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS (N.º)	119	111	97	-18,5%	29,8%
VAB (10 ⁶ EUROS)	330	352,2	388	17,6%	13,1%
REMUNERAÇÕES DOS EMPREGADOS (10 ⁶ EUROS)	176	216,4	212,1	20,4%	9,3%
EMPREGO REMUNERADO - ETC (N.º)	4537	4896	4842	6,7%	4,1%
CAPACIDADE LÍQUIDA (+) / NECESSIDADE LÍQUIDA (-) DE FINANCIAMENTO (106 EUROS)	54,1	50,8	-124	-328,8%	4,9%

ETC - Unidades de trabalho equivalentes a tempo completo; VAB - Valor Acrescentado Bruto
Fonte: INE, Conta Satélite da Economia Social em 2010, 2013 e 2016.

PRINCIPAIS FONTES DE FINANCIAMENTO DAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

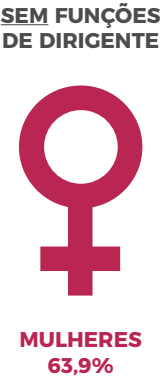
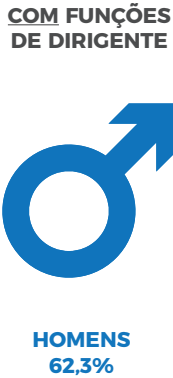
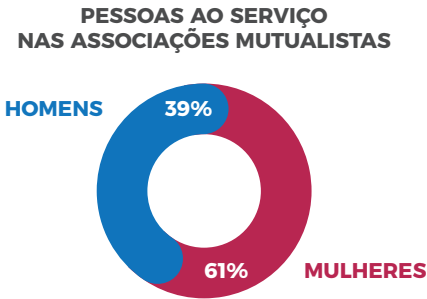
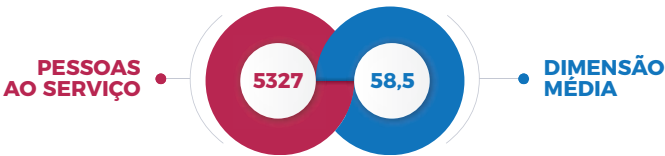


Fonte: INE, Inquérito ao Setor da Economia Social, 2018.

CARACTERIZAÇÃO DO PESSOAL AO SERVIÇO NAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS (2018)

	VALOR
CONTRATO SEM TERMO	83,8%
HORÁRIO FIXO	87,2%
NACIONALIDADE ESTRANGEIRA	1,5%
SALÁRIO MÍNIMO	14,8%
REMUNERAÇÃO MÉDIA MENSAL BRUTA POR PESSOA AO SERVIÇO	2773€

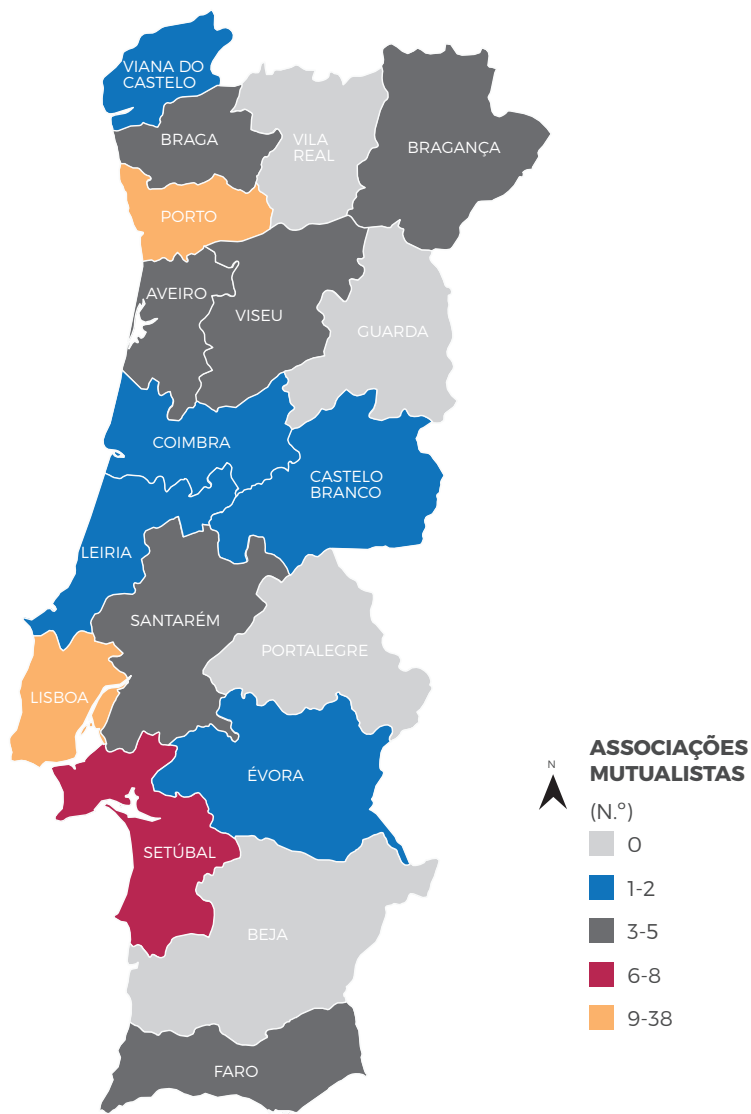
Fonte: INE, Inquérito ao Setor da Economia Social, 2018.



Pessoas ao serviço nas Associações Mutualistas

Fonte: INE, Inquérito ao Setor da Economia Social, 2018.
(Estudo de Caracterização do Movimento Mutualista em Portugal, Luís Capucha e Outros, 2021)

DISTRIBUIÇÃO TERRITORIAL DAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS EM PORTUGAL



Fonte: "As Organizações Mutualistas na Sociedade Portuguesa do Século XXI", Teresa Carvalho e Outros, 2021

ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

FINS FUNDAMENTAIS

As Associações Mutualistas são Instituições Particulares de Solidariedade Social, sem fins lucrativos e de utilidade pública, que disponibilizam aos seus associados e famílias, essencialmente através da respetiva quotização, modalidades de benefícios complementares de segurança social e saúde. Cumulativamente, desenvolvem ação social e outras ações de promoção da qualidade de vida.

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA SOCIAL



Pensões de reforma, invalidez e sobrevivência, rendas vitalícias, capitais para jovens e a prazo, subsídios periódicos com opções, assim como de sobrevivência, repartidos, com pagamentos certos, duplos, de desemprego, entre outros.

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES DE SAÚDE



ASSISTÊNCIA MÉDICA E ENFERMAGEM

Através de clínicas próprias, protocolos e acordos de cooperação com serviços oficiais, outras mutualidades ou com entidades privadas



ASSISTÊNCIA MEDICAMENTOSA

Através de farmácias sociais, comparticipação de medicamentos, protocolos e acordos de cooperação com farmácias

FINS COMPLEMENTARES AÇÃO SOCIAL



CRIANÇAS E JOVENS

Creches, amas, pré-escolar, centros de atividades de tempos livres e residências universitárias



PESSOAS IDOSAS

Centros de dia, de convívio e de noite, universidades seniores, apoio domiciliário e estruturas residenciais para pessoas idosas.



COMUNIDADE

Refeitórios e cantinas sociais, casas abrigo para vítimas de violência doméstica, centros de acolhimento especializado para migrantes, gabinetes de inserção profissional, rendimento social de inserção, centros comunitários, serviços de atendimento e acompanhamento social, entre outros.



OUTROS SERVIÇOS E ATIVIDADES

Caixas económicas, formação profissional, parafarmácias, óticas, secções fúnebres, turismo e lazer, apoio jurídico e artes e cultura.

VANTAGENS DE SER ASSOCIADO MUTUALISTA

- Pertencer a uma comunidade que valoriza a entreeajuda
- Contribuir para uma sociedade mais coesa, inclusiva e próspera, com maior sentido de solidariedade social
- Direito de escolher as modalidades de benefícios e os serviços prestados pela associação
- Usufruir dos benefícios subscritos
- Colaborar no planeamento da sua proteção social, individual e familiar, contribuindo para os benefícios coletivos
- Eleger e poder ser eleito para os órgãos associativos
- Participar ativamente na gestão da associação e partilhar os benefícios



FILIADAS UMP



**COM OS PORTUGUESES
DESDE 1176.**



30

ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS



DR



REGIÃO **Norte**



 26 março de 1866

 Rua Gil Vicente, 46
4800-151 Guimarães

 960 063 481**

 asmavg@gmail.com

 asmavg.blogspot.com/



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS ARTÍSTICA VIMARANENSE

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Francisco Teixeira

CONSELHO FISCAL

António Osório da Silva Pereira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Jorge Joaquim Domingos Costa



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Doença

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Cultura

Iniciativas Cívicas e Artísticas

** Chamada para rede móvel nacional



 19 julho de 1908

 Rua Serpa Pinto, 362
4800-455 Guimarães

 253 008 988*

 geral@afvimaranense.pt

 afvimaranense.pt



ASSOCIAÇÃO FAMILIAR VIMARANENSE



16 079 Associados
15 Trabalhadores

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Augusto Abreu

CONSELHO FISCAL

Frederico Queiroz

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António da Rocha e Costa



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem; Medicina Geral e Familiar;
Análises Clínicas; Psicologia; Nutricionismo; Podologia; Ortopedia;
Terapia da Fala; Terapia Ocupacional; Osteopatia; Cardiologia;
Otorrinolaringologia; Implantologia; Medicina Dentária;
Terapias Complementares



OUTRAS ATIVIDADES

Gabinete de Ação Social
Agência Funerária
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 20 outubro de 1892

 asmffb@gmail.com

 Rua D. Gonçalo Pereira, 7 a 13
4700-032 Braga

 253 263 454*

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FÚNEBRE FAMILIAR BRACARENSE



1075 Associados

1 Trabalhador

2 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

José Gomes de Lima

CONSELHO FISCAL

Francisco José Vieira Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Bonjardim



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 17 março de 1870

 Praça Camões S/N
5300-104 Bragança

 273 325 629*
932 500 556**

 geral@asmab.org

 asmab.org/



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DOS ARTISTAS DE BRAGANÇA

 400 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Alcídio Augusto Castanheira

CONSELHO FISCAL

Carlos Alberto Xavier da Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Jorge Nogueira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia

Centro de Convívio

Creche Familiar

Refeitório e Cantina Social

Acolhimento de Emergência

para Vítimas de Violência Doméstica

Núcleo de Atendimento de Violência Doméstica



OUTRAS ATIVIDADES

Formação Profissional

Protocolos de Colaboração

Lavandaria

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 | 1 janeiro de 1877

 | Rua da Formosa, 325 - 1º
4000-252 Porto

 | 222 087 520*

 | geral@abfamiliar.pt

 | abfamiliar.pt



A BENEFICÊNCIA FAMILIAR ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS

 **43 786** Associados
49 Trabalhadores

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Carlos Jorge Costa Azevedo Silva

CONSELHO FISCAL

Mário Rui Pinheiro Rangel

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Lourenço Pinto



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Serviços Médicos e Farmacêuticos prestados pela

Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



PROTEÇÃO SOCIAL

Universidade Sénior - 100 utentes



OUTRAS ATIVIDADES

Caixa Económica:

Rua da Formosa, 325 - 1º 4000-252 Porto

222 087 520* | 223 320 961* | geral@ceporto.com

contabilidade@ceporto.com

Funerária:

Rua do Ateneu Comercial do Porto, 33 - 4000-380 Porto

222 005 940* | 919 354 372**

Seguro Automóvel; Seguro Saúde; Multi Risco Habitação;

Poupanças; Bolsas de Estudo; Turismo Social;

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 15, Agosto de 1913

 Póvoa do Varzim

 familiar.asm@gmail.com

 252 624 536*

“A FAMILIAR” ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DA PÓVOA DE VARZIM

 **34** Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Edgar José Vilares Diogo

CONSELHO FISCAL

Vasco Manuel Colaço Marques

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Luís Alberto Silva



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 2 outubro de 1892

 asmgrijo@sapo.pt

 Largo da Associação, 85
4415-486 Grijó



 227 640 162*
929 263 539**

A FAMILIAR DE GRIJÓ ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



4540 Associados

3 Trabalhadores

9 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Luís Alberto Silva

CONSELHO FISCAL

Luís Filipe Coelho Oliveira Costa

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Carlos Alberto Assunção Rocha



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem; Medicina Geral e Familiar;
Otorrinolaringologia; Psicologia; Psiquiatria; Ginecologia-Obstetrícia;
Podologia; Nutrição; Fisioterapia; Acordos MCDT



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



**Previdência
Familiar
do Porto**

 7 maio de 1876

 Rua Coelho Neto, 75, 1º
4000-178 Porto

 225 371 108*

 geral@previdencia.pt

 previdencia.pt



A PREVIDÊNCIA FAMILIAR DO PORTO ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



40 000 Associados

12 Trabalhadores

13 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Sérgio Manuel Pinto Lopes Meira

CONSELHO FISCAL

Ariana Conceição Pinto Pinheiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António Graça Teixeira da Silva



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa

Solidariedade Associativa

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Serviços Médicos e Farmacêuticos prestados pela

Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



PROTEÇÃO SOCIAL

Serviço de Apoio Domiciliário

Centro de Convívio

Serviço Social



OUTRAS ATIVIDADES

Empréstimos Sobre Penhor;

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 14 outubro de 1877

 Rua Dr. Pedro de Sousa, 725
4100-392 Porto

 a.restauradoraemramalde@gmail.com

 220 142 284*
967 526 745**



A RESTAURADORA DE RAMALDE ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 **394** Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Heber António de Freitas Machado

CONSELHO FISCAL

Manuel Francisco Pizarro Sampaio

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Paulo Manuel Moz Barbosa



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Assistência Medicamentosa



SAÚDE

Serviços Médicos e Farmacêuticos prestados pela
Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



OUTRAS ATIVIDADES

Passeio Convívio
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 1 maio de 1905

 Rua da Firmeza, 48
4000-224 Porto

 225 379 562*

 geral@vencedora.pt

 vencedora.pt



A VENCEDORA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 22 000 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Fernando Ireneu Silva Guimarães

CONSELHO FISCAL

Elisa Maria Freitas Vieira Rocha

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Amadeu Pereira de Araújo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Saúde

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Serviços Médicos e Farmacêuticos prestados pela
Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



OUTRAS ATIVIDADES

Aconselhamento Jurídico

Poupança

Seguros de Saúde

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



CASA DO ARTISTA
NORTE

 | 27 maio de 2003

 | Rua dos Clérigos, 64, 3º Frente
4050-204 Porto

 | 222 011 326*

 | casadoartistanorte@amar.com.pt

 | amar.com.pt



**AMAR
ASSOCIAÇÃO
MUTUALISTA
DOS ARTISTAS
CASA DO ARTISTA
NORTE**



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica



PROTEÇÃO SOCIAL

**Assistência Social
Apoio à Terceira Idade**



OUTRAS ATIVIDADES

**Cultura
Turismo**

* Chamada para rede fixa nacional



 **14 julho de 2011**
Com história associativa desde 1963.

 **Rua 5 de Outubro, 135**
4420-086 Gondomar

 **224 633 184***
966 766 762**

 **geral@amut.pt**
amut@amut.pt

 **amut.pt/**



AMUT ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE GONDOMAR

 **2318** Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Ângela da Conceição Vieira Pereira

CONSELHO FISCAL

Mária de Fátima da Silva Ferreira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Ferreira Dias



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa
Assistência Médica e Enfermagem
Comparticipação Despesas de Saúde



SAÚDE

AMUT'Ajuda - Centro de Recursos de Ajudas Técnicas;
Orientação Vocacional; Beleza e Bem Estar;
Clínica

Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia; Medicina Geral e Familiar;
Fisioterapia Manual; Osteopatia; Terapia da Fala; Psicologia Clínica;
Medicina Tradicional Chinesa; Nutrição; Reiki; Acupuntura
Loja AMUT'Natura



OUTRAS ATIVIDADES

AMUT' IESIM - Incubadora de Empreendedorismo Social da Idade
Maior (Casa da Juventude de Rio Tinto - Rua Quinta das Freiras,
4435-407 Rio Tinto | 933 083 552** | amutiesim@gmail.com
Encontros de Sabedoria
Formação Profissional
Biblioteca
Caminhadas
Prémio - Mérito Escolar
Turismo Social
Cultura e Lazer
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 14 abril de 1895

 Rua da Boavista, 394
4435-123 Rio Tinto

 224 890 107*
967 660 502**

 geral@associacaosaobento.com

 associacaosaobento.com



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SÃO BENTO DAS PERAS DE RIO TINTO



38 522 Associados

7 Trabalhadores

14 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Nuno Filipe Martins de Oliveira

CONSELHO FISCAL

Fernando Borges Jesus

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Delfim Ferreira Rocha Azevedo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem

Solidariedade Associativa

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica Espaço Saúde (Rua da Boavista 414, 4435-123 Rio Tinto
220 434 965* | 967 661 313** | esaude@associacaosaobento.com)

Especialidades: Medicina Geral e Familiar; Medicina Dentária;
Podologia; Psiquiatria; Nutrição; Ortopedia

Serviços Médicos e Farmacéuticos prestados pela

Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 | 15 janeiro de 1890

 | geral@asmamede.com

 | Rua Henrique Bravo, 6517
4465-166 S. Mamede de Infesta

 | asmmamede.com

 | 229 010 549*



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SÃO MAMEDE DE INFESTA



13 031 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Alexandre Filipe Vasconcelos Lopes

CONSELHO FISCAL

Susana Lopes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Hugo Leitão de Castro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Acunpultura; Cardiologia; Cirurgia Vascular;
Dermatologia; Enfermagem; Fisioterapia; Ginecologia; Medicina Geral
e Familiar; Neurologia; Nutrição; Obstetrícia; Oftalmologia; Ortopedia;
Terapia da Fala; Urologia; Medicina Dentaria (Implantes; Próteses
Dentaria; Orthodontia; Tratamentos); Domicílios (Enfermagem;
Electrocardiograma; Fisioterapia; Medicina Geral e Familiar);
Exames (Electrocardiograma; Electroencefalograma; Ecocardiograma;
Ecografias; Prova de Esforço; Análises Clínicas); Acordos Fisioterapia;
Apoio Jurídico Perícias Médico-Legais



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



Associação de Socorros
Mútuos de Serzedo

 | 1 maio de 1905

 | geral@asms.pt

 | Rua da Igreja, 222 a 228
4410-059 Vila Nova de Gaia

 | asms.pt

 | 227 620 268*
961 013 700**

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SERZEDO



19 000 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Joaquim Rafael do Couto Devesas

CONSELHO FISCAL

João Morais Sousa

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Ana Olga Ferreira Marques Lucas



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Consultórios:

Serzedo - Sede

São Félix da Marinha - Rua dos Ligustres, 439 | 227 623 097*

Perosinho - Rua N.ª Sr.ª do Alívio, 53 | 961 013 701**

Canelas - Alameda Eça de Queirós, 36 R/C | 961 013 072**

Gulpilhares - Rua Salvador Brandão, 1010 | 961 013 073**

Grijó - Rua Montemor, 155 | 961 013 704**

Mafamude - Rua Laborim de Baixo, 181 | 961 013 075**

Arcozelo - Temporariamente Indisponível

Especialidades:

Clínica Geral; Enfermagem; Cardiologia; Cirurgia Geral;

Cirurgia Vascular; Dermatologia; Ginecologia / Obstetrícia;

Implantologia; Medicina Dentária; Neurologia; Nutrição; Ortopedia;

Otorrinolaringologia; Pediatria; Pneumologia; Podologia; Psicologia;

Psiquiatria; Reumatologia; Terapia da Fala; Urologia; Fisioterapia



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Jurídico

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 7 agosto de 1898

 Rua Sousa Paupério, 42
4440-697 Valongo

 asmfcv@gmail.com

 224 220 135*



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS E FÚNEBRE DE VALONGO

 11 200 Associados

PRESIDENTES

DIREÇÃO

Francisco Pereira Martins

CONSELHO FISCAL

Agostinho Duarte Castro Ribeiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Francisco da Silva Moreira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia (Rua Joaquim Marques dos Santos 217-215,
4440-452 Valongo | 924 466 448**)

Serviço de Apoio Domiciliário



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 29 junho de 1902

 Rua do Viso, 220
4485-593 Modivas

 229 270 048*
965 274 143**

 asmmodivas@sapo.pt
aasmmodivas@gmail.com

 asmmodivas.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS EM MODIVAS



9500 Associados

4 Trabalhadores

21 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Delfim Neto

CONSELHO FISCAL

Luis Abreu

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Cecília Duarte



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Seguro de Saúde

Aplicações Financeiras Mutuália (ver página 61)

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia; Ginecologia; Medicina Geral e Familiar; Medicina Dentária; Ortopedia; Otorrino; Cardiologia; Oftomologia; Psicologia; Psiquiatria; Nutricionismo; Terapia da Fala; Medicina Tradicional Chinesa; Dermatovenerologia; Podologia; Posto de colheitas de análises clínicas; Exames Complementares e de diagnóstico; Serviço Social com Apoio Domiciliário



OUTRAS ATIVIDADES

Aconselhamento Jurídico

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 19 março de 1891

 Largo António José de Brito,
Apartado 143
4594-908 Freamundense

 geral@asmf.pt

 asmf.pt

 255 879 831*



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FREAMUNDENSE



151 Associados

22 Trabalhadores

PRESIDENTES

DIREÇÃO

Armanda Isabel Fernandez

CONSELHO FISCAL

Pedro Nuno Lopes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Idalino Neto Ribeiro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Família
Subsídio de Funeral



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro Infanto Juvenil António Freire Gomes
Rua António Carneiro 4590-298 Freamunde | cif-afgomes@asmf.pt

Creche
Pré - Escolar
CATL



OUTRAS ATIVIDADES

Sala de Espetáculos
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional

 | 1 maio de 1907

 | antoniomoreiradesa@gmail.com

 | Rua Central, 2515, Lever
4415-638 Vila Nova Gaia

 | 227 650 679*
919 216 261**

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FÚNEBRE E FAMILIAR NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO PARA AMBOS OS SEXOS DE LEVER E FREGUESIAS CIRCUNVIZINHAS

 4000 Associados

PRESIDENTES

DIREÇÃO

José Silva Guedes de Pinho

CONSELHO FISCAL

David Castro Oliveira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Paula Rodrigues Pinho



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 20 julho de 1902

 Av. António Coelho Moreira,
4430-528 Valadares

 ass.n.s.afl.valadares@hotmail.com

 227 110 240*



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FÚNEBRE NOSSO SENHOR DOS AFLITOS DE VALADARES

 **3153** Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Onofre Marques

CONSELHO FISCAL

Manuel Sousa Pinto

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Clementina Ribeiro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades:

Enfermagem

Medicina Geral e Familiar



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 13 setembro de 1903

 Rua do Calvário, 673
4415-913 Sandim

 227 633 001*

 geral@ansesandim.pt

 ansesandim.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS NOSSA SENHORA DA ESPERANÇA DE SANDIM E FREGUESIAS CIRCUNVIZINHAS



8839 Associados

64 Trabalhadores

24 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Mário Fernando Sá Marques

CONSELHO FISCAL

Rui Manuel Sousa Lopes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Delfina das Neves



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa

Assistência Médica e Enfermagem

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínicas:

(Sandim - 968 638 296** | Canedo - 965 303 303** | Seixezelo - 961 400 762**);

Especialidades: Fisioterapia; Clínica Geral; Ginecologia; Cardiologia;

Pediatria; Otorrinolaringologia; Oftalmologia; Medicina Dentária;

Dermatologia; Nutricionismo; Podologia; Terapia da Fala; Acupuntura;

Psicologia; Reiki; Terapia de Casal; Osteopatia; Análises Clínicas; Beleza

e Bem Estar; Eletrocardiograma (ECG); Terapias Complementares;

Farmácia (Sandim - 227 652 666);



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário

Rua da Candeira, 257 4415-793 Sandim

227 632 608* | 969 507 432**

Gabinete de Inserção Profissional (GIP) | Rendimento Social de Inserção (RSI)

Rua do Calvário, 673 4415-913 Sandim

GIP - 227 639 513* | 968 367 427** | RSI - 227 639 513* | 968 638 189**



OUTRAS ATIVIDADES

Projeto Costurar com Causa; Cultura e Lazer; Aulas de Inglês; Ballet;

Yoga; Dança Contemporânea; Hip-pop; Cômico;

Protocolos de Colaboração;

Centro de Atividades D'ANSE (227 633 001* | 969 507 430**)

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 8 julho de 1930

 Rua Chã, 132 - 2º
4000-165 Porto

 | previdenciaferroviarios@gmail.com

 | 223 321 068*



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS PREVIDÊNCIA DOS FERROVIÁRIOS DE PORTUGAL

 **320** Associados

PRESIDENTES

DIREÇÃO

Hélder Manuel Soares Pinheiro

CONSELHO FISCAL

Américo José da Silva Ribeiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Bernardo Filipe de Queiroz



PREVIDÊNCIA SOCIAL

**Invalidez
Velhice**



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação (Arrendamento)
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS
RESTAURADORA DE AVINTES

 16 julho de 1893

 Rua 5 de Outubro, 1299
4430-804 Avintes

 227 820 240*

 asmavintes@gmail.com
asm.restauradora@live.com.pt

 asmra.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS “RESTAURADORA” DE AVINTES



11 295 Associados

5 Trabalhadores

6 Prestadores de Serviços

1 Voluntário

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

António Fernando da Silva Sousa

CONSELHO FISCAL

Manuel Pereira dos Santos

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Vitor Manuel Tavares Gonçalves



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades:

Enfermagem;

Massagens terapêuticas;

Podologia;

Psicologia;

Psiquiatria;

Nutricionismo;

Ginecologia;

Pediatria;

Medicina Geral e Familiar;

Acordos MCDT;



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

(Liga das Associações de Socorro Mútuo de Vila Nova de Gaia - ver página 51)

* Chamada para rede fixa nacional



📅 | 19 setembro de 2002

✉ | amutualista@autosueco.pt

📍 | Rua de Manuel Pinto
de Azevedo, 711 - 1º
4149-010 Porto

☎ | 226 150 300*

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DA AUTO-SUECO, LDA.

👥 **865** Associados
2 Trabalhadores

PRESIDENTES

DIREÇÃO

Joaquim Passos Teixeira

CONSELHO FISCAL

Sónia Cristina Teixeira Gaspar

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Fernando Nascimento Soares



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa

Subsídio de Estudo

Subsídio de Casamento

Subsídio de Nascimento



SAÚDE

Consulta de Medicina Geral



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio à Formação

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 1 agosto de 1897

 Rua do Corvo, 778
4410-439 Arcozelo

 227 537 000*

 geral@mutualista.pt
geral@mutualclinic.pt

 mutualista.pt



ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE ARCOZELO



8000 Associados

8 Trabalhadores

28 Prestadores de Serviços

5 Voluntários

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

José Miguel Gomes

CONSELHO FISCAL

Óscar Moura

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Manuela Marques



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica:

Especialidades: Enfermagem (serviço diurno e noturno);
Medicina Geral e Familiar (serviço diurno e noturno); Acupuntura;
Cirurgia Vascular; Cardiologia; Dermatologia; Urologia;
Ginecologia e Obstetrícia; Medicina Interna; Medicina Dentária;
Medicina Estética; Neurologia; Nutrição; Ortopedia;
Otorrinolaringologia; Pediatria; Podologia; Pneumologia; Psicologia;
Psiquiatria; Reumatologia; Terapia da Fala; Terapias Complementares;
Beleza e Bem-Estar;



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



Associação Mutualista de
MOREIRA da MAIA
e Freguesias Circunvizinhas

 7 setembro de 1897

 Rua Conselheiro Luís
de Magalhães, 214
4470-616 Moreira da Maia

 geral@am-moreira.pt

 am-moreira.pt

 229 449 270*



ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE MOREIRA DA MAIA E FREGUESIAS CIRCUNVIZINHAS



9339 Associados

2 Trabalhadores

4 Prestadores

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Joaquim Maia Lima

CONSELHO FISCAL

Américo Silva Almeida

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Fernando da Silva Dias



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Modalidade Sénior

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Jurídico

Protocolos de Colaboração

(Assistência Médica através da Liga das Associações Mutualistas do Porto)

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 1 maio de 1892

 Rua Álvares Cabral, 315 - 1º
4450-041 Porto

 222 000 603*
913 014 012**

 gloriaportuguesa.asm@gmail.com

 gloriaportuguesa.webnode.pt/



GLÓRIA PORTUGUESA ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



24 583 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Isabel Silva

CONSELHO FISCAL

Artur Manuel Ferreira Ribeiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Delfim Ferreira Rocha Azevedo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa

Poupança

Seguros de Saúde

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Serviços Médicos e Farmacéuticos prestados pela

Liga das Associações Mutualistas do Porto (ver página 52)



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



LIGA DAS ASSOCIAÇÕES
DE SOCORRO MÚTUO
DE VILA NOVA DE GAIA
WWW.LIGAGAIA.PT

📅 | 11 maio de 1905

📍 | Rua Serafim Rodrigues
da Rocha, 39
4400-306 Vila Nova de Gaia

✉ | geral@ligagaia.pt

🌐 | ligagaia.pt

☎ | 223 771 015*



LIGA DAS ASSOCIAÇÕES DE SOCORRO MÚTUO DE VILA NOVA DE GAIA

👥 3 Associações

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Luís Filipe de Carvalho e Amorim
Montepio Vilanovense de Socorro Mútuo
"Costa do Goodolfin"

CONSELHO FISCAL

Joaquim Augusto Ferreira da Silva
Montepio Oliveirense de Socorro Mútuo

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Baltazar Ferreira da Silva
A Vilanovense - Associação Mutualista



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Teleconsulta; Enfermagem; Fisioterapia; Clínica Geral; Cardiologia; Cirurgia Geral; Doenças da Mama; Doenças do Aparelho Digestivo; Oncologia; Cirurgia Plástica; Cirurgia Vascular; Consulta da Dor; Dermatologia; Endocrinologia; Gastrenterologia; Ginecologia/Obstrúctica; Medicina Dentária; Medicina Interna/Doenças Reumatológicas; Nefrologia/Doenças Renais; Neurologia; Neuropediatria; Nutrição e Dietética; Oftalmologia; Oncologia Médica; Ortopedia; Otorrinolaringologia; Pediatria; Pneumologia e Alergologia; Podologia; Psicologia; Psiquiatria; Terapia da Fala; Urologia; Enfermagem; Exames Cardiológicos Convencionados com o Serviço Nacional de Saúde (SNS); Análises Clínicas; Acordos com: SNS-ADSE-ADMG-APDL-PSP/SAD-SAMS QUADROS ETC.

Clínica Estética e Medicina Integrativa (3.º Piso)

223 774 000 | 926 361 384**

Farmácia e Óptica

Rua do Marquês Sá da Bandeira 344 Vila Nova de Gaia
223 771 010*



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 23 outubro de 1905

 Rua do BonJardim, 260
4000-114 Porto

 223 395 490*

 geral@liga.pt

 liga.pt



LIGA DAS ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO PORTO FEDERAÇÃO MUTUALISTA



8 Associações

4 Associações Aderentes

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Carla Magalhães
A Previdência Familiar do Porto
Associação Mutualista

COMISSÃO EXECUTIVA

Sérgio Meira

COMISSÃO FISCALIZADORA

Paulo Soares



SAÚDE

Clínica

Especialidade: Cessação Tabágica, Medicina Interna; Angiologia;
Cardiologia; Cirurgia Vascular; Medicina Geral e Familiar;
Clínica Geral ao Domicílio; Consulta da Dor; Dermatologia;
Endocrinologia; Estomatologia; Gastrenterologia;
Ginecologia-Obstetrícia; Neurologia; Nutrição/Obesidade; Podologia;
Oftalmologia; Ortopedia; Otorrinolaringologia; Pediatria;
Pneumologia-Alergologia; Psicologia;Psiquiatria; Reumatologia;
Urologia; Medicina Dentária; Enfermagem Geral;
Enfermagem ao Domicílio; Fisioterapia; Terapia da Fala;

Posto de Rio Tinto:

Clínica Geral; Medicina Dentária; Podologia; Psiquiatria; Nutrição
Rua da Boavista 414, 4435-123 Rio-Tinto
220 434 965*

Farmácia:

Rua Formosa 404, 4000-249 Porto
223 395 495*



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 12 maio de 1892

 mealheiropostal@gmail.com

 Rua Damião de Góis 34, 1º
4050-221 Porto

 222 001 749*

MEALHEIRO POSTAL ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 381 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Jorge Manuel Valério Pinto

CONSELHO FISCAL

José Jorge Fernandes Teixeira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Nuno José Pinto Adão



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Sobrevivência
Modalidade Reforma



OUTRAS ATIVIDADES

Capital Repartido
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS





PR



REGIÃO **Centro**



 25 fevereiro de 1894

 Rua 22, 327
4500-273 Espinho

 227 341 570*

 geral@familiardeespinho.pt

 familiardeespinho.pt



A FAMILIAR DE ESPINHO ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



3661 Associados

9 Trabalhadores

10 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

José dos Santos Almeida

CONSELHO FISCAL

Amadeu Magalhães Vieira Gomes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António Manuel Mano Oliveira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem

Assistência Medicamentosa

Solidariedade Associativa

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Fisioterapia; Medicina Geral e Familiar; Ortopedia;
Psicologia; Podologia; Nutrição; Dentista; Osteopatia; Terapia da Fala;
Terapias Complementares; Beleza e Bem-Estar
227 329 356* | 966 590 204** | geral@clinicafamiliar.pt

Farmácia

227 311 146* | 967 621 486** | geral@farmaciafamiliar.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Serviços de Intervenção Comunitária

Apoio Jurídico

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 4 abril de 1897

 Av. 29 de Março, 652
3885-518 Esmoriz

 256 759 040*

 geral@mutualidade.pt
secretaria@mutualidade.pt

 mutualidade.pt



A MUTUALIDADE DE SANTA MARIA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



19 362 Associados

50 Trabalhadores

40 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Luís Alberto Silva

CONSELHO FISCAL

Hélder Álvares Ferreira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Edgar José Vilares Diogo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

**Subsídio de Sobrevivência; Solidariedade Associativa;
Subsídio a Prazo; Assistência Médica e Enfermagem;
Assistência Medicamentosa; Subsídio de Funeral**



SAÚDE

Clínica Santa Maria (Av. Joaquim Oliveira Silva, 366
3885-415 Praia de Esmoriz | 256 783 028*; 911 814 330**);
Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia; Medicina Geral e Familiar;
Psiquiatria; Otorrinolaringologia; Cirurgia Geral; Podologia; Psicologia;
Nutrição; Terapias Complementares; Análises Clínicas; Beleza e Bem Estar

Farmácia Mutualidade (Av. Joaquim Oliveira Silva, 366
3885-415 Praia de Esmoriz | 256 783 028*; 915 694 998**);



PROTEÇÃO SOCIAL

Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social
Largo Dr. José Tavares 3870-228 Pardelhas, Murtosa

Centro Infantil da Feira | Creche + Pré-Escolar
Quinta do Castelo 4520-306 Santa Maria da Feira
256 313 028* | cifeira@mutualidade.pt

Centro Infantil de Lourosa | Creche + Pré-Escolar
Av. Rua do Infantário N.º 295 4535-068 Lourosa
227 457 666* | cilourosa@mutualidade.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Centro Qualifica; Formação Profissional; Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



📅 | 10 setembro de 1905

📍 | Rua de S. Martinho, 987
4500-054 Anta-Espinho

☎️ | 227 340 103*

✉️ | geral@associacaoanta.com

🌐 | associacaoanta.com



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE S. FRANCISCO DE ASSIS DE ANTA



13 156 Associados

82 Trabalhadores

59 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Manuel Rocha Gomes Pereira

CONSELHO FISCAL

José Fernando Gomes Bernardes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António José dos Santos Neves



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia; Recolha de ADN;
Análises Clínicas; Cardiologia; Urologia; Eletrocardiograma;
Audiograma; Próteses Dentárias; Medicina Geral e Familiar; Pediatria;
Ortopedia; Oftalmologia; Podologia; Otorrino; Nutricionista; Psicologia;
Ginecologia / Obstetrícia; Medicina Desportiva; Medicina Dentária;
Cirurgia Geral; Cirurgia Pequena; Terapia da Fala



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Rua Professor Dias Afonso, 230 Espinho 4500-091 Anta
227 332 190* | 927 601 925** | 915 566 133**

Centro de Convívio

Rua Tuna Musical de Anta, 987 Espinho - 4500-054 Anta
227 340 103* | 961 365 279**

Creche “Portugal dos Pequenininos”

Rua Professor Dias Afonso, 120 Espinho - 4500-091 Anta
227 347 479*

Centro Lúdico - Pedagógico “O Francisquinho”

Rua Tuna Musical de Anta, 923 Espinho - 4500-054 Anta
227 319 107* | 962 449 964**



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



7 junho de 1930
Com história associativa desde 1895.



Rua Capitão João de Almeida, 9
6200-365 Covilhã



275 310 870*



geral@mutualistacovilhanense.pt



mutualistacovilhanense.com



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS “MUTUALISTA COVILHANENSE”



3284 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Nelson Silva

CONSELHO FISCAL

Arlindo Correia

MESA ASSEMBLEIA GERAL

João Morgado



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Capital de Previdência; Solidariedade Associativa
Assistência Médica e Enfermagem; Assistência Medicamentosa;
Subsídio de Funeral;



SAÚDE

Centro Clínico | 275 310 875*

Especialidades: Clínica Geral; Enfermagem; Cardiologia; Nutrição;
Medicina Dentária; Psicologia; Optometria; Acupuntura; Nutrição;
Fibromialgia; Terapias Complementares; Acordos MCDT;

Análises Clínicas; Audiologia

Farmácia | 275 327 353*

Unidade Móvel de Saúde



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Centro de Dia

Serviço de Apoio Domiciliário

Casa de Acolhimento Especializado - Casa Moura (Migrações)

Balcão do Migrante - Apartamentos de Autonomização

POAPMC

Cantina Social

Projetos Sociais

Atendimento e Acompanhamento Social



OUTRAS ATIVIDADES

Distribuição Alimentar; Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 11 janeiro de 1929

 Rua da Sofia, 193 - Apartado 29
3001-901 Coimbra
Delegação Santa Maria da Feira
Rua Dr. Cândido Pinho N.º 24
Loja O, 4520-211
Santa Maria da Feira

 239 828 055/6* (Sede)
256 026 718* (Sta. Maria da Feira)

 geral@aprevidenciaportuguesa.pt

 aprevidenciaportuguesa.pt



A PREVIDÊNCIA PORTUGUESA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



6647 Associados

41 Trabalhadores

20 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

António Martins de Oliveira

CONSELHO FISCAL

Paulo de Sousa Costa

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Luís Filipe Garrido Pais de Sousa



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Capital de Reforma; Poupança Juventude; Poupança Crescente; Subsídio a Prazo com Pagamentos Antecipados; Subsídio de Sobrevivência; Subsídio a Prazo com Opções; Subsídio Duplo de Sobrevivência e Prazo; Poupança e Educação; Diferidos com Opção; Periódico com Opções; Rendas Vitalícias; Reservas Matemáticas; Empréstimo de Apoio a Habitação Própria



SAÚDE

Clínica Previdência Saúde (Rua Dr. Manuel Rodrigues, n.º1, 1.º andar 3000-258 Coimbra | 239 090 165*);

Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia; Medicina Geral e Familiar; Medicina Dentária; Implantologia; Podologia; Osteopatia; Ginecologia; Nutrição; Psicologia; Psiquiatria; Terapia da Fala; Urulogia; Pediatria; Terapias Complementares; Cicurgia Geral; ColoProctologia; Acordos MCDT; Análises Clínicas; Exames / Consulta de Medicina Desportiva

Clínica Medicina do Trabalho Fernando Albergaria

Rua Isidoro Baptista, n.º6 - 2, Quinta das chãs 3030-778 Coimbra
239 842 541*; 963 847 448**



PROTEÇÃO SOCIAL

Jardim de Infância (Rua Fonte do Castanheiro 5, 3030-246 Coimbra 239 713 397* | jipp@aprevidenciaportuguesa.pt)

Creche | Pré-Escolar



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação (Coimbra; Figueira da Foz; Santa Maria da Feira; Ovar; Vila Franca de Xira; Sinta); **Galeria de Arte Casa da Mutualidade; Cultura e Lazer; Apoio Jurídico; Protocolos de Colaboração**

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 2005

 Rua Dr. Manuel Rodrigues 1, 2º,
sala B 3000-258 Coimbra

 239 837 031*

 mutualia.pt

 mutualia@sapo.pt



MUTUÁLIA FEDERAÇÃO MUTUALISTA

 12 Associações

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Nelson António Mendes Silva
Associação Socorros Mútuos em Modivas

CONSELHO FISCAL

António Alves do Vale
Associação Socorros Mútuos Fúnebre de Valongo

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Daniel Macedo Baptista
Liga das Associações de Socorro Mútuos
de Vila Nova de Gaia



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Seguro de Saúde Mutuália/MGEN

Mutuália 55+

Poupança Reforma

Poupança Extra

Proteção Jovem



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 | 19 março de 1892

 | associacaoartistica@gmail.com

 | Rua Poeta Tomás Ribeiro, 282
3460-616 Tondela

 | 232 812 614*

ASSOCIAÇÃO ARTÍSTICA DE SOCORROS MÚTUOS “19 DE MARÇO”

 100 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Eduardo Dias Marques

CONSELHO FISCAL

José Pedro Marques

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Augusto Dias Andrade



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa
Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Social
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 8 março de 2002

 Edifício Avenida, Piso 1, Loja 6
3660-428 S. Pedro do Sul

 232 724 631*

 geral@mut-cmsps.pt

 mut-cmsps.pt



ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DOS TRABALHADORES DA CÂMARA MUNICIPAL DE S. PEDRO DO SUL



50 Associados

6 Pessoas ao Serviço

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Rui Almeida

CONSELHO FISCAL

Joaquim Ribeiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Mónica Almeida



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Saúde

Prestação Pecuniária de Reforma

Solidariedade Associativa

Modalidade Associativa

Benefício Educativo

Prémio Mérito Educativo

Prémio Ingresso Universitário

Subsídio de Apoio à Natalidade



PROTEÇÃO SOCIAL

Pré-Escolar

CATL



OUTRAS ATIVIDADES

Ações Culturais e Recreativas

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional

14

ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS





DR



REGIÃO
Sul



 16 fevereiro de 1887

 asmbenaventense@gmail.com

 Travessa da Praça do Município, 5
2130-038 Benaventense

 243 042 475*
935 827 412**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS BENAVENTENSE



120 Associados

1 Trabalhador

3 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Celeste Cordeiro Rodrigues Dinis

CONSELHO FISCAL

Manuel Joaquim Carvalho

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Susete Carvalho Pinto



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades:

Medicina Geral e Familiar;

Psicologia;

Nutrição;

Homeopatia;

Terapia da Fala;

Terapia Ocupacional;

Massagens Terapêuticas;

Massagem Ayurvédica;

Yoga



OUTRAS ATIVIDADES

Gabinete Digital

Espaço Cowork

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 5 novembro de 1854

 Rua da Palma, 237
1100-391 Lisboa

 218 843 120*
924 008 675**
913 108 366**

 ruapalma@asmeci.pt
asmeci@asmeci.org

 asmeci.pt

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO E INDÚSTRIA

 1900 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Joaquim António Feliciano Machado

CONSELHO FISCAL

Bernardo Moreira Afonso de Castro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Gustavo Clemente Leal Galvão



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica



SAÚDE

Centro Médico e de Diagnóstico

Especialidades: Enfermagem; Medicina Geral e Familiar; Alergologia; Cardiologia; Cirurgia Plástica; Dermatologia; Fisiatria; Ginecologia; Medicina Dentária; Medicina Geral e Familiar; Neurocirurgia; Neurofisiologia; Oftalmologia; Ortopedia e Traumatologia; Otorrinolaringologia; Pediatria; Pneumologia; Psicologia; Urologia; Fisioterapia; Podologia; Tratamentos de Enfermagem; Ecocardiograma; Electrocardiograma; Eletroencefalograma; Holter; Eco-Doppler; Endoscopia; Colonoscopia; Beleza e Bem-Estar; Acordos Fisioterapia



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas - 33 utentes



OUTRAS ATIVIDADES

Acordos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FRATERNAL
DOS ARTISTAS VILAFRANQUENSES

 31 dezembro de 1853

 asmfavilafranquenses@gmail.com

 Rua Serpa Pinto, 131-A, 2º
2600-263 Vila Franca de Xira

 962 817 293**

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FRATERNAL DOS ARTISTAS VILAFRANQUENSES



83 Associados
5 Voluntários

PRESIDENTE

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

José Vicente Costa de Carvalho



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem
Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

** Chamada para rede móvel nacional



 20, Março de 1914

 caiauxiliarestivadores@gmail.com

 Estrada de Moscavide,
244 R/C Dto. 1800-276 Lisboa

 213 463 755*
965 078 233**

CAIXA AUXILIAR DOS ESTIVADORES DO PORTO DE LISBOA E CENTRO DE PORTUGAL ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



170 Associados

1 Trabalhador

5 Prestadores de Serviços

5 Voluntários

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Acácio Almeida Costa

CONSELHO FISCAL

António da Silva Francisco

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Brito Mendes



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Pensão de Invalidez - Velhice

Subsídio de Morte

Subsídio de Páscoa

Subsídio de Natal

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 | 17 agosto de 1899

 | mcimutua1899@gmail.com

 | Rua Augusta 220, 2º Dto.
1100-056 Lisboa

 | montepioci.wixsite.com/montepioci

 | 213 470 552*
927 202 533**

MONTEPIO COMERCIAL E INDUSTRIAL ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS

 **82** Associados
8 Voluntários

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Carlos Saúl Oliveira

CONSELHO FISCAL

Ana Paula Pinheiro da Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Jorge Manuel Fernandes



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa

Pensão de Reforma

Pensão de Invalidez

Capital de Previdência

Capital por Morte (garantia vitalícia)

Capital por Morte (prazo determinado)

Fundo de Solidariedade Associativa



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 7 junho de 1993

 Largo do Rilvas
1399-030 Lisboa

 213 943 284*

 mudip@mne.pt

 mudip.pt

MUDIP ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DIPLOMÁTICA PORTUGUESA



950 Associados

2 Trabalhadores

2 Prestadores de Serviços

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Luís Cristina de Barros

CONSELHO FISCAL

Victor Manuel Lopes Gil

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Joaquim José Ferreira Marques



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência na Doença

Pensão Complementar - Acidente

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Acordos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 | 1 julho de 1923

 | porvir.secretaria@gmail.com

 | Rua Arco Marquês de Alegrete, 2
Palácio dos Aboim, Sala 4-7
1100-034 Lisboa

 | 218 852 065*
962 466 693**

 | oporvir.pt

O PORVIR DA FAMÍLIA TELEGRAFO POSTAL ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 10 300 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

António José Banha Capelinha

CONSELHO FISCAL

António Manuel da Silva Soares

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Amélia Vieira Monteiro

PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral

OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 22 novembro de 1883

 Rua Capitão Leitão, 79
2800-136 Almada

 primeiro-dezembro@sapo.pt

 212 765 709*
968 583 469**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS 1º DE DEZEMBRO



288 Associados

1 Trabalhador

4 Prestadores de Serviços

10 Voluntários

PRESIDENTES

DIREÇÃO

Jorge Carlos da Conceição Cordeiro

CONSELHO FISCAL

José António Matosa

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Paulo Eduardo Peres Soares



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência na Saúde



SAÚDE

Fisioterapia



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Convívio



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 4 outubro de 1894

 | asmarte.19@gmail.com

 | Rua Cândido dos Reis, 19
2970-724 Sesimbra

 | 212 233 088*
960 033 014**

ASSOCIAÇÃO SOCORROS MÚTUOS MARÍTIMA E TERRESTRE DA VILA DE SESIMBRA

 170 Associados

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Guilherme José Chagas Rasteiro

CONSELHO FISCAL

António Manuel Simplício Ribeiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Laura Maria Pinto Bizarro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Social à Comunidade

Ajudas Técnicas

Atividades Socioculturais e Gastronómicas

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 15 julho de 1888

 Rua Major Afonso Pala, 67
2900-199 Setúbal

 265 522 226*

 geral@socorrosmutuos.pt

 socorrosmutuos.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS SETUBALENSE



1783 Associados

28 Trabalhadores

19 Prestadores de Serviços

20 Voluntários

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Fernando Jorge de Oliveira Paulino

CONSELHO FISCAL

Paulo Alexandre da Cruz Lopes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Daniel da Fonseca Martins



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem
Solidariedade Associativa
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem; Fisioterapia/Tratamentos;
Medicina Geral e Familiar; Otorrinolaringologia; Oftalmologia;
Cardiologia; Reumatologia; Ginecologia Obstetrícia; Urologia;
Alergologia Pulmonar; Medicina Dentária; Planeamento Familiar;
Fisiatria; Ortopedia; Psicologia; Psiquiatria; Análises Clínicas;
Acordos Fisioterapia; Eletroterapia; Termoterapia; Laserterapia;
Massagem; Aerossóis; Cinesioterapia Respiratória; Ginástica Corretiva
Postural; Seniores em Movimento - Fisioterapia ao Domicílio;
Reeducação Mecânica; Exames Complementares de Diagnóstico



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia; Cantina Social
Loja Social; Serviço de Apoio Domiciliário



OUTRAS ATIVIDADES

Projetos de Voluntariado
Grupo de Cantares
Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 | 15 outubro de 1926

 | Rua Nova, 10
7000-536 Évora

 | 266 760 680*

 | legado@mail.telepac.pt

 | legado.docaixaiero.pt



LEGADO DO CAIXEIRO ALENTEJANO ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



2020 Associados
46 Trabalhadores

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Víctor Manuel Lázaro Godinho

CONSELHO FISCAL

José Carlos Calado

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Sidónio Patrocínio Santos



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Sobrevivência

Poupança

Vida Inteira

Subsídio Misto

Subsídio Repartido



PROTEÇÃO SOCIAL

Área Social - Quinta dos Apóstolos:

Estrada da Igreja Louredo, 7005-874 Évora

Centro de Dia; Estrutura Residencial para pessoas Idosas

266 760 270*

Serviço de Apoio Domiciliário

Cantina Social

Creche

Pré-Escolar

266 741 133* | 925 765 748**



OUTRAS ATIVIDADES

Residência para Estudantes

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 17 julho de 1927

 Rua João de Deus, 25
7000-534 Évora

 legado.operaevora@sapo.pt
loeasmutualista@gmail.com

 266 702 353*



O LEGADO DO OPERÁRIO DE ÉVORA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 2750 Associados

PRESIDENTE

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Elza Maria Capucho de Mira Ferreira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Sobrevivência

Prazo Fixo

Prazo Certo

Poupança Juventude

Duplo Reforma



SAÚDE

Clínica São João de Deus

Especialidades:

Medicina Geral e Familiar;

Medicina Dentária;

Ortopedia;

Psicologia;

Psiquiatria;

Sexologia;

Acordos MCDT

266 707 189*



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação (Bairro do Legado Operário - 86 Moradias)

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



 3 setembro de 1856

 Rua do Montepio, 12
8000-300 Faro

 associacaoartistas@sapo.pt

 289 824 440*
969 602 156**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS “PROTECTORA DOS ARTISTAS” DE FARO

 **1603** Associados
9 Trabalhadores

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

João Filipe Cardoso Esteves

CONSELHO FISCAL

Rosa Maria Vaz Pereira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Joaquim Eduardo Teixeira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Farmácia:

Rua de Santo António, 55 8000-282 Faro
962 972 898**

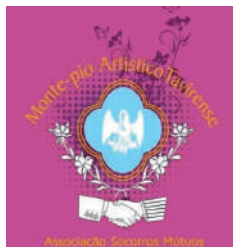


OUTRAS ATIVIDADES

Habitação

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional



 20 dezembro 1857

 Rua Tenente Couto, 4
8800-379 Tavira

 281 327 125*
964 890 030**

 montepioartisticotav@sapo.pt

 monte-pioartistico.pt



MONTE-PIO ARTÍSTICO TAVIRENSE ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



1330 Associados

8 Trabalhadores

20 Prestadores de Serviços

17 Voluntários

PRESIDENTES

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Ana Maria Ferro

CONSELHO FISCAL

Hélder Eurico Micaelo

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria José de Sousa Martins



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Assistência Medicamentosa



SAÚDE

Clínica:

Medicina Geral e Familiar;

Fisioterapia;

Psicologia;

Nutrição;

Podologia;

Osteopatia;

Massagens;

Psicoterapia;

Homeopatia;

Terapia da Fala;

Acupuntura;

Terapias Complementares;

Acordos MCDT

Farmácia:

Largo Monte-Pio | 281 325 846**



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional | ** Chamada para rede móvel nacional

ACORDOS DE COOPERAÇÃO

AS PARCERIAS AO SERVIÇO DOS MUTUALISTAS

A parceria é um terreno fértil no mutualismo.

A União das Mutualidades Portuguesas tem vindo a alargar o leque de parceiros públicos e privados que concedem vantagens e descontos comerciais que revertem para as associações mutualistas e/ou seus associados e colaboradores. Confira todos os protocolos em vigor e no site www.mutualismo.pt conheça as vantagens e a forma de poder usufruir.

LIGUE-SE A QUEM CUIDA.

**CLÍNICAS E FARMÁCIAS MUTUALISTAS
SEMPRE PERTO DE SI.
WWW.MUTUALIN.PT**



ALDEAMENTO

 | www.prainha.net/

CONDIÇÕES

Às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados, o Grupo Prainha oferece os seguintes descontos:

- Desconto 10%, sobre as tarifas BAR do Prainha Clube ****, Aldeamento Turístico da Prainha *** e VitaSol Park, passando a 5% nas estadias nos meses de julho e agosto..



COMBUSTÍVEIS

 | www.repsol.pt/

CONDIÇÕES

Às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados, a Repsol oferece:

Desconto imediato na rede de estações aderentes, em Portugal continental e ilha da Madeira, de:

- 6 cêntimos, por litro, em combustíveis NEOTECH;
- 5 cêntimos, por litro, em combustíveis simples.



SERVIÇOS DE REPARAÇÃO TELEMÓVEIS

✉ | loja.online@iservices.pt

🌐 | iservices.pt

☎ | 210 172 498

CONDIÇÕES

- Desconto de 10% em todas as reparações de smartphones, tablets e computadores nas lojas iServices;
- A iServices garante a reparação de todos os equipamentos fora da garantia;
- A iServices procede à recolha e entrega gratuita de todos os equipamentos nas moradas indicadas.



RENT-A-CAR

🌐 | hertz.pt

☎ | 219 426 300

CONDIÇÕES

A Hertz oferece descontos às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados:

- Em Portugal: 15% na melhor tarifa online;
- Resto do Mundo: 5% na melhor tarifa online do respetivo país.



TURISMO

📍 | Alameda Bonifácio Lázaro Lozano, N° 9
2780-125 Oeiras

✉ | turismo.reservas@vilagale.com

🌐 | vilagale.com

☎ | 217 907 600

CONDIÇÕES

Descontos aos associados das filiadas da União das Mutualidades Portuguesas nos hotéis Vila Galé em Portugal e Brasil.

- 10%, calculado sobre as Tarifas Online publicadas no site www.vilagale.com. O desconto considerado incidirá sobre os serviços de alojamento em qualquer regime disponível (pequeno-almoço, meia pensão ou tudo incluído), e também sobre os serviços de restauração, bar, spas, garagem, produtos Santa Vitória, entre outros.



TURISMO

✉ | info@ecotravel.pt

☎ | 226 191 099

CONDIÇÕES

A ecoTravel compromete-se a conceder a todos os associados e funcionários das filiadas da UMP, sempre devidamente identificados, as seguintes vantagens:

- 10% de desconto nos Cruzeiros no Douro de 1 e 3 dias;
- 5% nos Cruzeiros no Douro de 2 dias (não estando abrangidos os cruzeiros temáticos, privados e navio hotel);
- 6% ou 4% de desconto sobre o valor base de pacotes turísticos quando em campanha especial ou promoções;
- 5% em reserva simples de hotel;
- 3% em rent a car;
- Taxas de Reserva e Emissão de Passagem Aérea (por bilhete eletrónico):
 - . 15€ Nacional;
 - . 20€ Europeu;
 - . 40€ Internacional
 - . 50€ de Reemissões



TURISMO

✉ | info@orbitur.pt

🌐 | orbitur.pt

☎ | 21 2919716/7/8/9

CONDIÇÕES

A Orbitur (parques de campismo e bungalows) concede às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados:

- 50% do valor base válido para o ano na adesão ao sistema de fidelização Orbitur Camping Club (OCC).



TURISMO

📍 | Av. Columbano Bordalo Pinheiro, 105,
1099-031, Lisboa

🌐 | www.corinthia.com

☎ | 217 236 300

CONDIÇÕES

Vantagens concedidas às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados:

Os Clientes alojados nas Deluxe Junior Suite, Monsanto Suite, Lisbon Suite e Maritime Suite têm incluídos os seguintes benefícios:

- Estacionamento gratuito, mediante disponibilidade;
- Tratamento VIP, no quarto, no dia da chegada;
- Check-out tardio até às 16h, mediante disponibilidade;
- Check-in no skylounge.com;
- Pequeno-almoço com live cooking;
- Utilização gratuita do Business centre;
- Lounge com TV, livros, jornais diários e revistas;
- Seleção de bebidas e canapés do chef entre as 17h e as 19h;
- Uma hora gratuita numa das salas de reunião privadas, de acordo com disponibilidade e mediante pré-reserva.



SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Rua Padre Domingos Joaquim Pereira 1002,
4760-590 Louro, Vila Nova de Famalicão

🌐 | farmamais.pt

☎️ | 252 374 387*

CONDIÇÕES

Permite à União das Mutualidades Portuguesas e suas associadas o acesso a produtos farmacológicos, equipamentos de farmácia e demais serviços com desconto de 10% não cumulativos com outros descontos ou promoções.



SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Av. Sidónio Pais, 2.º piso
4100-468 Porto

🌐 | smileup.pt

☎️ | 800 100 222

CONDIÇÕES

Primeira consulta (ortopantomografia de diagnóstico, avaliação oral e plano de tratamento) sem custo, para quem tem vínculo laboral à instituição e seus familiares diretos.

Aplicação, na sua rede nacional de lojas, da Tabela de Preços Protocolo em todos os tratamentos realizados em clínica, assim como prestação do apoio necessário para obter financiamento até 48 meses.

- desconto até -10% em Implantologia e Prótese Fixa ou Removível
- desconto até -15% em Ortodontia
- desconto até -20% em Extração Simples
- desconto até -15% em Tratamento Generalizado
- desconto até -25% em Branqueamento

Prestação, a todos os familiares diretos dos colaboradores da instituição, de serviços de Odontopediatria Preventiva, com desconto de 15% em aplicação tópica de flúor, selantes de fissuras em dentes decíduos e extração de dentes decíduos.



SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Avenida da Libertação, 45 D
7460-004 Cabeço de Vide

✉ | termassulfurea@gmail.com

☎ | 245 634 112

CONDIÇÕES

Os associados das filiadas da União das Mutualidades Portuguesas beneficiam de:

- Desconto de 30%, nos serviços do estabelecimento termal e hoteleira residencial sulfúrea.



SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Largo das Caldas
5400-534 Chaves

✉ | termas@chaves.pt

🌐 | termasdechaves.com

☎ | 276 332 445

CONDIÇÕES

Os associados das filiadas da União das Mutualidades Portuguesas beneficiam de:

- Desconto de 10%, nos tratamentos de termalismo terapêutico;
- Desconto de 5%, nos programas e tratamentos de bem-estar termal.



Termas de
Monfortinho

SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Termas de Monfortinho,
6060-072 Monfortinho

✉️ | secretaria@termasdemonfortinho.com

🌐 | termasdemonfortinho.com

☎️ | 277 430 320

CONDIÇÕES

As Termas de Monfortinho comprometem-se a conceder a todos os associados e funcionários das filiadas da UMP e respetivos familiares diretos de (1.º grau), e sempre devidamente identificados, os seguintes descontos:

- 25% na inscrição de Termalismo Clássico;
- 20% em tratamentos de Termalismo Clássico;
- 10% nos programas de bem-estar;
- 15% nas secções de bem-estar avulso;



SAÚDE E BEM-ESTAR

📍 | Praça de S. Jorge
4505-679 Caldas de S. Jorge

✉️ | info@termas-sjorge.com

☎️ | 256 910 360

CONDIÇÕES

As filiadas da União das Mutualidades as Termas de São Jorge e seus associados beneficiam das seguintes condições especiais:

- Programas terapêuticos "cura termal" (série mínima de 15 dias);
- 15% Desconto para colaboradores da Instituição;
- 10% Desconto para associados;
- Oferta da inscrição termal
- Programas de "saúde termal" (mínimo 10 dias);
- 10% Desconto para associados e colaboradores;



SERVIÇOS DE ENERGIA

📍 | Rua Manuel Pinto de Azevedo, n.º 626,
R/C Esq. 4100-320 Porto

✉ | info@ewen-energy.com

🌐 | www.ewen-energy.com/

☎ | 220 945 601

CONDIÇÕES

As associações filiadas beneficiam de descontos:

- 10% face ao preço normal orçamentado, na realização de auditorias energéticas e implementação de medidas de racionalização de energia em infraestruturas



TECNOLOGIA

📍 | Edifício Atlas II – Av. José Gomes Ferreira,
11 Piso 6, 1495-139 Miraflares, Algés

✉ | info@tribetech.pt

🌐 | tribetech.pt/

CONDIÇÕES

Elaboração e gestão de candidaturas financiadas por fundos públicos e/ou Europeus, que permitam o desenvolvimento de novas atividades ou o fortalecimento das existentes.



TECNOLOGIA

📍 | Rua João das Regras 284 – 3º sala 303,
4000-291 Porto

✉ | info@educabiz.com

🌐 | educabiz.com

☎ | 222 400 196

CONDIÇÕES

As filiadas da União das Mutualidades Portuguesas beneficiam:

- No pagamento anual, e na primeira anuidade - oferta de 5 meses da subscrição
- No pagamento anual, nas anuidades seguintes - oferta de 3 meses da subscrição

O serviço inclui:

- Implementação imediata e sem custos. Atualizações impostas pela AT ou outros organismos competentes incluídas na mensalidade.
- Assistência técnica permanente incluída na mensalidade.
- Todas as funcionalidades em desenvolvimento atual ou futuro incluídas na mensalidade.
- Sem contrato nem período de permanência obrigatório.
- Formação incluída na mensalidade.



EMAIL MARKETING

✉ | info@invisiblecloud.pt

🌐 | www.invisiblecloud.pt

☎ | 220 731 384

CONDIÇÕES

A InvisibleCloud compromete-se a conceder a todas as filiadas da União das Mutualidades Portuguesas, os seguintes descontos:

- Serviço de SMS Marketing:
 - 25% de desconto sobre a tabela base serviço(SMS Portugal) nas linhas de carregamento:
 - > Nível 3 – 50€ a 100€
 - > Nível 2 – >100€



CONSULTADORIA

✉ | weare@skillent.pt

🌐 | skillent.pt

☎ | 239 700 300

CONDIÇÕES

A Skillent proporciona condições vantajosas para a elaboração e gestão de candidaturas financiadas por fundos públicos e/ou europeus que permitam o desenvolvimento de novas atividades ou o fortalecimento das existentes.



CONSULTADORIA

✉ | zonaverde@zonaverde.pt

☎ | 256 364 544

CONDIÇÕES

O serviço de consultoria em contratação pública poderá ser prestado como serviço autónomo ou em adição às soluções de gestão de projeto, com as seguintes valências: auditoria, apoio contínuo nas questões procedimentais, apoio na resolução de contencioso, apoio ao júri, elaboração de peças procedimentais e formação.

Além dos serviços supramencionados, a Zona Verde está envolvida na gestão de projetos financiados pelo Fundo Social Europeu, seguindo as seguintes linhas orientadoras: gestão de projeto (início, planeamento, execução, monitorização, avaliação e fecho); gestão do financiamento (elaboração da candidatura, execução física e saldo final); design e gestão da formação (análise e diagnóstico, design, desenvolvimento, implementação e avaliação).



CONSULTADORIA

📍 | Rua Capitão Jorge Larcher, 5
4740-341, Fão

✉ | Moneytree.Ida@gmail.com

☎ | 918 488 871

CONDIÇÕES

O serviço de consultoria da Moneytree está envolvido na gestão de projetos financiados pelo Fundo Social Europeu, seguindo estas linhas orientadoras: gestão de projeto (início, planeamento, execução, monitorização, avaliação e fecho); gestão do financiamento (elaboração da candidatura, execução física e saldo final); design e gestão da formação (análise e diagnóstico, design, desenvolvimento, implementação e avaliação).



CONSULTADORIA

📍 | Avenida Principal 35, Roussada
2665-376, Milharado

✉ | ricardo@2030consulting.pt

☎ | 261 096 284

CONDIÇÕES

A empresa de consultoria 2030 Consulting disponibiliza soluções integradas de gestão de projetos e de formação, sem prejuízo da possibilidade da prestação de serviços de consultoria e gestão.

[COMPANHIA]
[PRÓPRIA]

CONSULTADORIA

✉ | info@companhiapropriap.pt

☎ | 218 967 200

CONDIÇÕES

O serviço de consultoria em contratação pública poderá ser prestado como serviço autónomo ou em adição às soluções de gestão de projeto, com as seguintes valências: auditoria, apoio contínuo nas questões procedimentais, apoio na resolução de contencioso, apoio ao júri, elaboração de peças procedimentais e formação.

Além dos serviços supramencionados, a Companhia Própria está envolvida na gestão de projetos financiados pelo Fundo Social Europeu, seguindo as seguintes linhas orientadoras: gestão de projeto (início, planeamento, execução, monitorização, avaliação e fecho); gestão do financiamento (elaboração da candidatura, execução física e saldo final); design e gestão da formação (análise e diagnóstico, design, desenvolvimento, implementação e avaliação).

NC
TECHLAW

CONSULTADORIA

✉ | geral@necho.pt

☎ | 223 238 020

CONDIÇÕES

A Necho Consulting coloca à disposição da União das Mutualidades Portuguesas e suas associadas os serviços e produtos de gestão e implementação do RGPD que sejam ou venham a ser por si produzidos, comercializados ou representados, com desconto comercial direto de 10% sobre o preço de venda ao público.



ATUARIADO

CONDIÇÕES

Os serviços atuariais prestados são os seguintes:

- Estudos das modalidades de benefício, cujo montantes de quotas e benefícios devam ser determinados por estudos atuariais ou impliquem a existência de reservas matemáticas;
- Elaboração anual de balanços técnicos que apurem as responsabilidades futuras assumidas para com os associados em cada modalidade;
- Análise das respetivas condições de equilíbrio financeiro das modalidades associativas;



EDUCAÇÃO

✉ | inf.editorial@arealeditores.pt

☎ | 223 393 900

CONDIÇÕES

A Areal Editores, S.A. concede às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas e seus associados, um desconto de:

- 20% sobre o preço base em todos os serviços e produtos objeto do presente protocolo, num volume de compras igual ou superior a 150€;
- As compras realizadas pelas entidades beneficiárias estão isentas de custos de transporte associados às entregas das encomendas efetuadas.



REPARAÇÃO E SUBSTITUIÇÃO DE VIDRO AUTOMÓVEL

🌐 | www.glassdrive.pt

☎ | 221 105 354

CONDIÇÕES

- Concessão de um desconto correspondente a 20% nos serviços de substituição e reparação de vidro, em viaturas ligeiras, que não possuam Seguro de Quebra Isolada de Vidros (QIV), sobre o PVP. Se o serviço consistir na substituição/ montagem de um pára-brisas, o associado terá direito ao produto aquacontrol gratuitamente;
- Se o associado e seus familiares realizarem a substituição/montagem de um pára-brisas ao abrigo de cobertura QIV, ser-lhe-á concedido 20% de desconto na aplicação do produto aquacontrol sobre o PVP;
- Desconto de 10% na linha Drive Care;
- Desconto de 20% nos serviços de desinfeção por ozonização (viaturas ou residencial), sobre o PVP.



PRODUTOS ORTOPÉDICOS

📍 | Maia | V.N. Gaia | Condomar |
Matosinhos | Aveiro

🌐 | ortopediaporugal.pt

☎ | 229 428 360

CONDIÇÕES

A Ortopedia Portugal compromete-se a conceder, a todas as filiadas da UMP e respetivos associados, condições preferenciais nos serviços por si disponibilizados, através da rede de lojas:

- 15% de desconto nos produtos das marcas Apolus (roupa térmica, gel de banho, colchões e almofadas, calçado); Juzo e Medi (meias elásticas); Mimos (almofadas); Arcopédico (calçado); Orliman e Teyder (material desportivo); e Pedag (palmilhas ortopédicas);
- 10% desconto em todos os restantes produtos e/ou equipamentos;
- 20% desconto em deslocações, serviços técnicos, serviços de entrega e montagem, desmontagem e deslocação de equipamentos.

Descontos não acumuláveis com outros descontos, promoções, saldos ou produtos em outlet.



HIGIENE

✉ | geral@ghgorbis.com

☎ | 212 342 322

CONDIÇÕES

O protocolo com a Orbis garante à UMP e às Associações Mutualistas associadas descontos sob consulta nos produtos e serviços comercializados.



SEGURANÇA E SAÚDE DO TRABALHO, SEGURANÇA ALIMENTAR E FORMAÇÃO

✉ | geral@interprev.pt

☎ | 808 303 859

CONDIÇÕES

A Interprev oferece às filiadas da União das Mutualidades Portuguesas os seguintes serviços com condições especiais e desconto:

- Na contratação dos serviços de saúde no trabalho:
 - Preço por trabalhador/ano - 25€, acrescido de IVA à taxa em vigor.
- Na contratação dos serviços de Segurança no Trabalho:
 - Auditoria Técnica com Avaliação de Riscos para duas visitas/ano/estabelecimento
 - > Até 20 trabalhadores/estabelecimento - 120€/estabelecimento
 - > De 21 a 50 trabalhadores/estabelecimento 150,00€/estabelecimento
 - > Mais de 50 trabalhadores/estabelecimento - 200€/estabelecimento

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



A União das Mutualidades Portuguesas possui acordos de cooperação com os seguintes Ministérios:

- Trabalho, Solidariedade e Segurança Social
- Educação
- Saúde
- Presidência
- Economia e Transição Digital
- Finanças
- Administração Interna
- Justiça
- Modernização do Estado e da Administração Pública
- Planeamento
- Cultura
- Ambiente e Ação Climática
- Infraestruturas e Habitação
- Coesão Territorial



PUBLICAÇÕES UMP



VERSÃO DIGITAL DESTAS OBRAS DISPONÍVEIS
NA BIBLIOTECA MUTUALISTA NO SITE
WWW.MUTUALISMO.PT

Com os Portugueses desde 1176.

WWW.MUTUALISMO.PT

