

20
25

AS MUTUALIDADES PORTUGUESAS



ESTÁ A PAR DAS NOVIDADES DO MUTUALISMO?

O **correio mutualista** é a newsletter semanal da União das Mutualidades Portuguesas, enviada todas as segundas-feiras. Reúne as principais notícias do movimento e novidades legislativas. Uma forma prática e direta de se manter atualizado sobre o universo mutualista.



ÍNDICE

03	FICHA TÉCNICA
04	APRESENTAÇÃO
05	A UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS
06	ORGÃOS ASSOCIATIVOS
07	RESPOSTA SOCIAL - CIDACL
08	MUTUALISMO
09	FILIADAS UMP
10	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS
13	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO NORTE
46	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO CENTRO
56	ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS DO SUL
74	PROTOCOLOS
97	PARCEIROS INSTITUCIONAIS

■ FICHA TÉCNICA

AS MUTUALIDADES PORTUGUESAS'25

EDIÇÃO UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS | **REDAÇÃO E DESIGN GRÁFICO** GABINETE DE COMUNICAÇÃO E IMAGEM (UMP)
IMPRESSÃO E ACABAMENTO MULTITEMA - SOLUÇÕES DE IMPRESSÃO SA | **DATA DA EDIÇÃO** JANEIRO DE 2025

MORADA AVENIDA 29 DE MARÇO, 754, LOJA 14, 3885-518 ESMORIZ, PORTUGAL | **E-MAIL** UNIAO@MUTUALISMO.PT
TELEFONE +351 256 112 880 (CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL) | +351 915 393 126 (CHAMADA PARA A REDE MOVEL NACIONAL)

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

APRESENTAÇÃO

LUÍS ALBERTO SILVA
PRESIDENTE DO CONSELHO
DE ADMINISTRAÇÃO DA UMP



O Anuário 2025 da União das Mutualidades Portuguesas é uma fonte essencial de conhecimento sobre as nossas associadas, oferecendo um retrato detalhado e atualizado da realidade mutualista em Portugal.

Com particular orgulho, esta edição integra duas novas associações que se juntaram à UMP em 2024, enriquecendo ainda mais o nosso tecido associativo. Além disso, inclui um conjunto de novos dados, cuidadosamente recolhidos no inquérito anual promovido junto das filiadas, cuja colaboração agradecemos.

Este levantamento, além de ser um recurso valioso para a representação institucional junto de entidades públicas e privadas, permite à UMP e às suas associadas compreender melhor o universo mutualista, identificar tendências e desafios, e fomentar estratégias conjuntas que promovam a sustentabilidade e o crescimento do setor.

Este anuário é uma ferramenta informativa para dar a conhecer ao movimento mutualista, mas também ao grande público, a diversidade das áreas de intervenção das mutualidades e o seu impacto na sociedade.

Nunca é demais agradecer aos dirigentes, profissionais e voluntários das associações mutualistas, aos associados e aos nossos parceiros institucionais, o trabalho e o apoio que dedicam à causa e às comunidades.

A UNIÃO DAS MUTUALIDADES PORTUGUESAS

A União das Mutualidades Portuguesas (UMP) foi criada em 1984 com o objetivo de representar as associações mutualistas, defender os seus interesses e definir as orientações estratégicas deste importante setor da Economia Social e Solidária.

Além do diálogo e cooperação com as mutualidades e parceiros institucionais, contribui de forma significativa para a definição das políticas públicas nas suas áreas de intervenção, integrando ainda organizações relevantes, como o Conselho Económico e Social, Conselho Nacional para a Economia Social, Comissão Permanente do Setor Social e Solidário, CASES – Cooperativa António Sérgio para a Economia Social e Confederação Nacional de Economia Social, entre outras.

No domínio internacional, a UMP é Vice-Presidente do Comité Intercontinental da União Mundial das Mutualidades, membro do Comité Económico e Social Europeu, cofundadora da OIES (Organização Internacional da Economia Social) e mantém laços de cooperação com vários estados da Comunidade de Países de Língua Portuguesa.

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 2025-2028

MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



CARLA SOFIA OLIVEIRA SILVA

Presidente

Associação de Socorros Mútuos dos Artistas de Bragança



ANTÓNIO MARTINS DE OLIVEIRA

1.º Secretário

A Previdência Portuguesa
Associação Mutualista



ANTÓNIO FERNANDO DA SILVA SOUSA

2.º Secretário

Associação de Socorros Mútuos "Restauradora" de Avintes

CONSELHO FISCAL



ARMANDA ISABEL PINTO TAIPA PEREIRA

Presidente

Associação de Socorros Mútuos Freamundense



JORGE CARLOS DA CONCEIÇÃO CORDEIRO

Vogal

Associação de Socorros Mútuos 1º de Dezembro



TELMA PATRÍCIA RODRIGUES DINIS

Vogal

Associação de Socorros Mútuos Benaventense

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



LUÍS ALBERTO DE SÁ E SILVA

Presidente

A Mutualidade de Santa Maria
Associação Mutualista



JOSÉ DOS SANTOS ALMEIDA

Vice-Presidente

A Familiar de Espinho
Associação Mutualista



JOÃO FILIPE CARDOSO ESTEVES

Vice-Presidente

Associação de Socorros Mútuos
Protectora dos Artistas de Faro



LUÍS CRISTINA DE BARROS

Vice-Presidente

MUDIP - Associação Mutualista
Diplomática Portuguesa



AUGUSTO MANUEL FRAGA ABREU

Vice-Presidente

Associação Familiar Vimeirense

EQUIPAMENTO SOCIAL

**CENTRO
INFANTIL**

**DR. ANTÓNIO
DA COSTA
LEAL**



A União das Mutualidades Portuguesas gere um equipamento social, na freguesia de Santa Clara, Lisboa, dirigido à infância (creche para crianças dos 0 aos 3 anos), premiado pelo seu trabalho de promoção, proteção e defesa dos direitos humanos das crianças.

**Creche do Centro Infantil
Dr. António da Costa Leal (CIDACL)**

Distinções recebidas



SELO PROTETOR, ATRIBUÍDO PELA COMISSÃO NACIONAL DE PROMOÇÃO DOS DIREITOS E PROTEÇÃO DAS CRIANÇAS E JOVENS.

PRÉMIO BPI FUNDAÇÃO LA CAIXA INFÂNCIA 2023



INSTALAÇÕES SÃO REFERÊNCIA NA ARQUITETURA DE ESPAÇOS EDUCATIVOS.



PROJETO EDUCATIVO DIFERENCIADOR.



CAPACIDADE MÁXIMA: 88 CRIANÇAS.

Contacto

Quinta Alegre Campo das Amoreiras, 97 e 97A
1750-026 Santa Clara, Lisboa

Email

centroinfantil@mutualismo.pt

Telefone

914 438 083 (Chamada para a rede móvel nacional)

MUTUALISMO

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 respostas sociais e outras ações de promoção da qualidade de vida.

O Mutualismo é um movimento social de solidariedade e previdência, baseado na reciprocidade, proteção e desenvolvimento integral das pessoas que dele fazem parte. Os membros de uma Associação Mutualista entreadjudam-se, através do pagamento de uma quota, para fazer face a riscos que afetem a sua saúde e/ou a estabilidade dos seus rendimentos (assistência médica e medicamentosa (reforma, invalidez, morte e sobrevivência e poupança).

O QUE FAZEM AS MUTUALIDADES?

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES DE SEGURANÇA SOCIAL



reforma, invalidez, desemprego, poupanças, morte, sobrevivência, entre outros.

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES DE SAÚDE



assistência médica (através de hospitais e clínicas próprias ou acordos com outras entidades) e medicamentosa (através de farmácias sociais, comparticipação de medicamentos e acordos).

AÇÃO SOCIAL



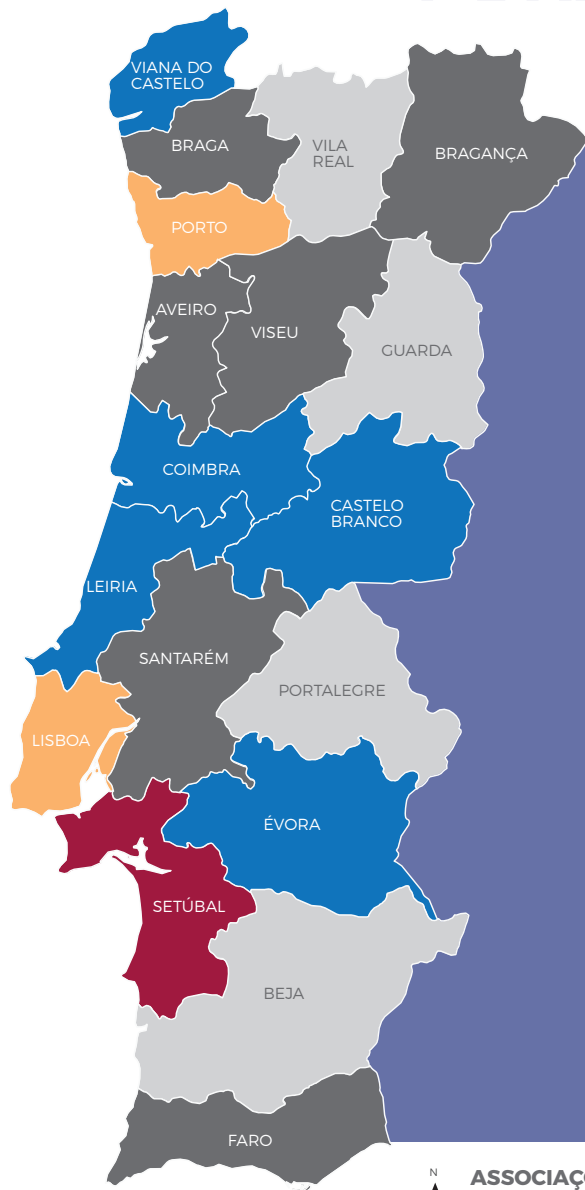
respostas sociais à infância, aos idosos, às famílias e aos mais vulneráveis, casas abrigo para vítimas de violência doméstica, acolhimento e integração de migrantes, gabinetes de inserção profissional, entre outros.

OUTROS SERVIÇOS E ATIVIDADES



formação profissional e qualificação, habitação para arrendamento a custos acessíveis, residências universitárias, óticas, parafarmácias, turismo social, arte e cultura, secções fúnebres, entre outros.

FILIADAS UMP



354.295
ASSOCIADOS



ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

(N.º) 0 1-2 3-5 6-8 9-38

ASSOCIAÇÃO	MODALIDADES DE BENEFÍCIOS E POUPANÇA	ASSISTÊNCIA		RESPOSTAS SOCIAIS			HABITAÇÃO	FORMAÇÃO / QUALIFICAÇÃO	OUTRAS	PÁGINA
		MÉDICA	MEDICAMENTOSA	IDOSOS	INFÂNCIA	OUTRAS				
A. FAMILIAR VIMARANENSE		-	-	-	-	-	-	-		15
A.S.M. ARTÍSTICA VIMARANENSE			-	-	-	-	-	-		16
A.S.M. FÚNEBRE BRACARENSE		-	-	-	-	-	-	-		17
A.S.M. DOS ARTISTAS DE BRAGANÇA							-			18
A FAMILIAR A.S.M. PÓVOA DE VARZIM		-	-	-	-	-	-	-		19
A.S.M. EM MODIVAS			-	-	-	-	-	-		20
A.S.M. FREAMUNDENSE		-	-	-		-	-	-		21
A.M. MOREIRA DA MAIA		-	-	-	-	-	-	-		22
A.S.M. DE SÃO MAMEDE DE INFESTA			-	-	-	-	-	-		23
A.S.M. E FÚNEBRE DE VALONGO		-	-		-	-	-	-		24
AMUT - GONDOMAR	-			-	-	-	-			25
A.S.M. S. BENTO DAS PERAS RIO TINTO			-	-	-	-	-	-		26
A BENEFICÊNCIA FAMILIAR A.S.M.					-		-	-		27
A PREVIDÊNCIA FAMILIAR DO PORTO				-	-		-	-		28
A RESTAURADORA DE RAMALDE	-			-	-	-	-	-		29
A VENCEDORA A.M.				-	-	-		-		30
AMAR - CASA DO ARTISTA DO NORTE	-		-	-	-		-	-		31
PREVENÇÃO DO PORTO		-	-	-	-	-	-	-		32
A.M. DA NORS, S.A.				-	-	-	-			33
GLÓRIA PORTUGUESA A.S.M.				-	-	-		-		34
LIGA DO PORTO	-			-	-	-	-	-		35
MEALHEIRO POSTAL		-	-	-	-	-		-		36
PREVIDÊNCIA DOS FERROVIÁRIOS		-	-	-	-	-		-	-	37
A FAMILIAR DE GRIJÓ A.M.			-	-	-	-	-	-		38
A.S.M. DE SERZEDO			-	-	-	-	-	-		39
A.S.M. DE LEVER		-	-	-	-	-	-	-		40
A.S.M. VALADARES			-	-	-	-	-	-		41
A.S.M. SANDIM					-		-			42

- NÃO DISPÕE

ASSOCIAÇÃO	MODALIDADES DE BENEFÍCIOS E POUPANÇA	ASSISTÊNCIA		RESPOSTAS SOCIAIS			HABITAÇÃO	FORMAÇÃO / QUALIFICAÇÃO	OUTRAS	PÁGINA
		MÉDICA	MEDICAMENTOSA	IDOSOS	INFÂNCIA	OUTRAS				
A.S.M. RESTAURADORA DE AVINTES		❤️	-	-	-	-	-	-	✅	43
A.M. DE ARCOZELO		❤️	-	-	-	-	-	-	✅	44
LIGA DE GAIA	-	❤️	💊	-	-	-	-	-	✅	45
A FAMILIAR DE ESPINHO		❤️	💊	-	-	-	-	-	✅	48
SÃO FRANCISCO DE ASSIS DE ANTA		❤️	-	👴	👦	💛	-	-	✅	49
A MUTUALIDADE DE SANTA MARIA A.M.		❤️	💊	-	👦	💛	-	🎓	✅	50
ASM 19 DE MARÇO		-	-	-	-	-	-	-	✅	51
TRABALHADORES CM SÃO PEDRO SUL		❤️	💊	-	👦	💛	-	-	✅	52
MUTUALISTA DA COVILHÃ		❤️	💊	👴	-	💛	-	-	✅	53
A PREVIDÊNCIA PORTUGUESA		❤️	-	-	👦	-	🏠	-	✅	54
MUTUÁLIA FEDERAÇÃO MUTUALISTA		-	-	-	-	-	-	-	-	55
ASM BENAVENTENSE		❤️	-	-	-	-	-	-	✅	58
ARTISTAS VILAFRANQUENSES		-	-	-	-	-	-	-	✅	59
ALIANÇA MUTUALISTA	-	❤️	💊	-	-	-	🏠	-	✅	60
ASMECL		❤️	-	👴	-	-	-	-	✅	61
ASMECI	-	❤️	-	👴	-	-	-	-	✅	62
CAIXA ESTIVADORES DO PORTO DE LISBOA		-	-	-	-	-	-	-	✅	63
MONTEPIO COMERCIAL E INDUSTRIAL		-	-	-	-	-	-	-	✅	64
MUDIP		❤️	-	-	-	-	-	-	✅	65
O PORVIR		-	-	-	-	-	-	-	✅	66
ASM 1º DEZEMBRO		❤️	-	👴	-	-	-	-	✅	67
ASM DE SESIMBRA		-	-	-	-	-	-	-	✅	68
ASM SETUBALENSE		❤️	💊	👴	-	💛	-	-	✅	69
LEGADO DO CAIXEIRO ALENTEJANO		-	-	👴	👦	💛	🏠	-	✅	70
O LEGADO DO OPERÁRIO DE ÉVORA		❤️	-	-	-	-	🏠	-	✅	71
PROTECTORA DOS ARTISTAS DE FARO		-	💊	-	-	-	🏠	-	✅	72
MONTE-PIO ARTÍSTICO TAVIRENSE	-	❤️	💊	-	-	-	-	-	✅	73

AS MUTUALIDADES EM NÚMEROS


354.295
ASSOCIADOS

ASSOCIADOS MUTUALISTAS


20%
COM MENOS DE 45 ANOS


36%
ENTRE 45 E 65 ANOS


44%
COM MAIS DE 65 ANOS

60
MÉDIA DE IDADES

ASSOCIAÇÕES

55
ASSOCIAÇÕES

37
ASSOCIAÇÕES COM
SOLUÇÕES DE PREVIDÊNCIA
SOCIAL E POUPANÇA

33
ASSOCIAÇÕES
COM RESPOSTAS DE SAÚDE

13
ASSOCIAÇÕES
COM RESPOSTAS SOCIAIS

MODALIDADES

(N.º DE SUBSCRIÇÕES)

244.364
ASSISTÊNCIA MÉDICA
E MEDICAMENTOSA

5.302
POUPANÇA

2012
REFORMA/VELHICE

8553
SOLIDARIEDADE
ASSOCIATIVA

300.532
MORTE
E SOBREVIVÊNCIA

SAÚDE

1.166.413
ATOS CLÍNICOS
E NÃO CLÍNICOS

29
ESTABELECIMENTOS
DE SAÚDE
(CLÍNICAS, POSTOS
DE SAÚDE, HOSPITAIS)

RESPOSTAS SOCIAIS

835
INFÂNCIA E JUVENTUDE

750
IDOSOS

1.585
OUTROS
APOIO ÀS FAMÍLIAS, VÍTIMAS
DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA,
ESTRUTURAS DE ACOLHIMENTO
TEMPORÁRIO, APOIO ALIMENTAR,
ENTRE OUTROS.

DIRIGENTES DE TOPO

64
MÉDIA DE IDADES


63%
HABILITAÇÕES AO NÍVEL
DO ENSINO SUPERIOR


28%
HABILITAÇÕES AO NÍVEL
DO ENSINO SECUNDÁRIO


9%
OUTRAS
HABILITAÇÕES

RECURSOS HUMANOS


50%
CONTRATOS
SEM TERMO


41%
PRESTADORES
DE SERVIÇOS


9%
OUTROS TIPOS
DE CONTRATO


30%
HABILITAÇÕES:
ENSINO
SUPERIOR


43%
HABILITAÇÕES:
ENSINO
SECUNDÁRIO

REGIÃO NORTE

| 13

31

ASSOCIAÇÕES MUTUALISTAS

278.712

ASSOCIADOS



409

N.º de trabalhadores

14%

Associados com menos de 45 anos

29%

Associados entre 45 e 65 anos

57%

Associados com mais de 65 anos





 26 julho de 1908

 Rua Serpa Pinto, 362
4800-455 Guimarães

 253 008 988*
931 131 407 ** (Funerária)

 geral@afvimaranense.pt

 afvimaranense.pt



ASSOCIAÇÃO FAMILIAR VIMARANENSE

 16 079 Associados
63 Média de idades
47 Pessoas ao serviço
14 Contratos sem termo
33 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Augusto Manuel
Fraga M. Abreu**

José Manuel Costa Garcia
José Filipe Teixeira do Vale
Elisa Gonçalves Costa
Joaquim Piairo Fernandes Pantaleão
José Manuel de Vasconcelos
Armando Jorge de Oliveira Ribeiro

CONSELHO FISCAL

Frederico Oliveira Magalhães Queiroz
Rita Manuela da Mota Novais
Jaime de Sá Teixeira Marques

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Manuel Torcato Ribeiro
Elsa Manuela Martins Ribeiro
José Luís Vieira de Castro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{3539 subscrições}
Subsídio de Funeral^{12.802 subscrições}



SAÚDE

Clínica [clinica.afvimaranense.pt]

Especialidades^{N.Atos}: Enfermagem¹⁵⁹⁷ | Medicina Geral e Familiar⁹⁰⁰⁵
Ginecologia/Obstetrícia¹²⁴ | Análises Clínicas | Psicologia¹⁶³
Nutricionismo²⁹ | Podologia¹⁷¹ | Ortopedia³⁵⁴ | Terapia da Fala⁴
Osteopatia¹²⁰ | Otorrinolaringologia²³⁸ | Implantologia⁷
Medicina Dentária¹⁹⁰³



OUTRAS ATIVIDADES

Gabinete de Ação Social

Agência Funerária¹¹²

Protocolos de Colaboração¹⁰⁰

Ações Culturais e Recreativas²⁵⁰⁰

Turismo Social²⁵⁰⁰

Aulas de Dança³⁰

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



 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

DIREÇÃO

**Francisco
Teixeira**

Maria Eva Machado
 Jorge Rodrigues Lima
 Idalina Oliveira
 Francisco Correia
 Maria da Conceição Araújo
 Adão Magalhães

CONSELHO FISCAL

António Osório da Silva Pereira
 Carlos Miguel Pinheiro
 Manuel Augusto de Oliveira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Jorge Joaquim Domingos Costa
 António José Sousa
 Maria Emília Oliveira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Doença
 Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Cultura
 Iniciativas Cívicas e Artísticas



PERFIL

A Associação de Socorros Mútuos Artística Vimaranesa tem como objetivos a prestação de apoio na doença e na morte aos seus Associados e familiares e o prosseguimento de outros fins de natureza social, cultural, educacional e clínica.

** Chamada para rede móvel 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 FÚNBRE FAMILIAR BRACARENSE



944 Associados
71 Média de idades
4 Pessoas ao serviço
2 Contratos sem termo
2 Prestadores de serviços



**José Gomes
de Lima**

Isabel de Fátima Barbosa Fernandes

CONSELHO FISCAL

Francisco José Vieira Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Bonjardim



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral^{1944 subscrioes}



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaborao²
Habitao¹

* Chamada para rede fixa nacional



📅 | 19 março de 1870

📍 | Praça Camões
5300-104 Bragança

☎️ | 273 325 629*
932 500 556**

✉️ | geral@asmab.pt

🌐 | asmab.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DOS ARTISTAS DE BRAGANÇA

- 👥 490 Associados
- 63 Média de idades
- 44 Pessoas ao serviço
- 39 Contratos sem termo
- 1 Prestadores de serviços
- 4 Contratos a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Luís Manuel
Ferreira Martins**

Ricardo António Carneiro Alendouro
Manuel Alfredo Patrício Alves
Sílvia Marisa Gonçalves Bento Borges
Antero Manuel Ribeiro Magalhães

CONSELHO FISCAL

Carlos Alberto Xavier da Silva
Francisco José Veloso dos Santos
António Augusto Gonçalves

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Jorge Nogueira
Gil Pires Afonso
Guilhermino Manuel Domingues



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica^{47 subscrições}

Assistência Medicamentosa^{474 subscrições}



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia^{20 utentes}

Centro de Convívio^{70 utentes}

Creche Familiar^{27 utentes}

Refeitório e Cantina Social^{100 utentes}

Acolhimento de Emergência

para Vítimas de Violência Doméstica^{30 utentes}

Núcleo de Atendimento de Violência Doméstica^{30 utentes}



OUTRAS ATIVIDADES

Formação Profissional

Protocolos de Colaboração⁴

Ações Culturais e Recreativas⁵¹

Apoio Alimentar^{127 utentes}

Habitação - 2 Apartamentos

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



 15 Agosto de 1913

 familiar.asm@gmail.com

 Póvoa do Varzim
4490-506 Póvoa do Varzim

 914 156 203**

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

 34 Associados

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Edgar
Diogo**

Carla Oliveira Silva
Mário Sá Silva

CONSELHO FISCAL

Vasco Manuel Colaço Marques
Elisabete Moreira
Luís Miranda

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Luís Alberto Silva
Sandra Gonçalves
Luís Costa



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral ¹³⁴ subscrições



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

** Chamada para rede móvel nacional



 29 junho de 1902

 Rua do Viso, 220
4485-593 Modivas
Vila do Conde

 229 270 048*
965 274 143**

 asmmodivas@sapo.pt
aasmmodivas@gmail.com

 asmmodivas.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS EM MODIVAS

 7 400 Associados
25 Pessoas ao serviço
3 Contratos sem termo
21 Prestadores de serviços
1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Delfim
Campos Neto**

Hélder Miguel Campos Alves
Jorge Militão Ribeiro Silva
Ana Isabel Silva Paquete

CONSELHO FISCAL

Luís António Amorim Abreu
Sílvia Maria Ferreira do Carmo
Luís Miguel Lopes Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Cecília Maria Moreira Duarte
Pedro Alexandre Pinto Carvalho
Delfim Brás da Silva



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica
Seguro de Saúde
Subsídio de Funeral
Capital de Reforma/Poupança de Reforma
Poupança Juventude/Proteção Jovem



SAÚDE

Clínica

Especialidades: Enfermagem | Fisioterapia | Ginecologia
Medicina Geral e Familiar | Medicina Dentária | Ortopedia
Otorrino | Cardiologia | Oftalmologia | Psicologia | Ortodontia
Psiquiatria | Nutricionismo | Terapia da Fala | Podologia | Testes Covid
Medicina Tradicional Chinesa | Dermatovenereologia | Implantologia
Posto de Colheitas de Análises Clínicas | Cirurgia Geral | Acupuntura
Tratamentos Estéticos | Próteses Dentárias | Serviço Social com Apoio
Domiciliário | Exames Complementares e de Diagnóstico



OUTRAS ATIVIDADES

Aconselhamento Jurídico
Protocolos de Colaboração³⁴

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



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS FREAMUNDENSE

- 160 Associados
- 50 Média de idades
- 24 Pessoas ao serviço
- 24 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Armanda Isabel
Pinto Taipa Pereira**

João Viriato Nogueira Vasconcelos
João Manuel Silva Marques
Fernanda Maria Moreira Brandão
Silvina Luísa Barbosa da Silva

CONSELHO FISCAL

Pedro Nuno Martins Ferreira Lopes
Maria Ilda Correia Gomes Taipa
Andreia Susana Costa Couto

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Idalino Celestino Ribeiro
Adolfo Ernesto Taipa Pereira
Vera Patrícia Couto Ribeiro

19 março de 1891

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

255 879 831*

geral@asmf.pt
cij-afgomes@asmf.pt

asmf.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Família
Subsídio Funeral
Solidariedade Associativa



PROTEÇÃO SOCIAL

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

Creche [90 crianças]
Pré - Escolar [75 crianças]
Apoio Alimentar [15 utentes]



OUTRAS ATIVIDADES

Ações Culturais e Recreativas²⁰
Protocolos de Colaboração²

* Chamada para rede fixa nacional



ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE MOREIRA DA MAIA E FREGUESIAS CIRCUNVIZINHAS



9003 Associados
6 Pessoas ao serviço
1 Contrato sem termo
5 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Maria Alexandrina
da Costa Lima**

Diamantino Oliveira da Silva Coelho
José António Jesus Costa Ferreira
Joaquim Carlos Pimenta da Silva
Laurinda Alves Moreira Santos

CONSELHO FISCAL

Victor Manuel da Silva Conceição
Elisabete Maria Pereira Silva Dias
Ilídio Teixeira de Melo

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Fernando da Silva Dias
Valdemar Marques da Silva
Laurinda Maria Almeida Pereira



7 setembro de 1897



Rua Conselheiro Luís de Magalhães,
214, 1.º Padrão de Moreira
4470-616 Moreira da Maia



229 449 270*
932 381 364**



geral@am-moreira.pt
mail@am-moreira.pt



am-moreira.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Modalidade Sénior

Subsídio de Funeral^{19003 subscrições}



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Jurídico

Protocolos de Colaboração²⁸

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

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



📅 | 15 janeiro de 1890

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

☎️ | 229 010 549*
914 302 162**

✉️ | geral@asmmamede.com

🌐 | asmmamede.com



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SÃO MAMEDE DE INFESTA

- 👥 12 500 Associados
- 66 Média de idades
- 110 Pessoas ao serviço
- 40 Contratos sem termo
- 60 Prestadores de serviços
- 10 Contratos a termo certo
- 20 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Alexandre Filipe
Vasconcelos Lopes**

Marília Bemilde Conceição
Victor Dinis
Pedro Gonçalves
Jorge Cardoso

CONSELHO FISCAL

Susana Lopes
José Carlos Amorim
Daniel Pinto

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Hugo Leitão de Castro
Soraia Ribeiro
Isabel Oliveira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{12.500 subscrições}
Subsídio de Funeral^{10.000 subscrições}



SAÚDE

Clínica

Medicina Dentária²⁰⁰⁰ | Cardiologia⁷⁰⁰ | Cirurgia Vascular⁴⁰
Gastrenterologia²⁴ | Dermatologia¹⁵⁰ | Endocrinologia | Oftalmologia²⁵⁰
Ginecologia/Obstetrícia²⁰⁰ | Medicina Geral e Familiar²⁰⁰⁰ | Neurologia⁷⁰
Ortopedia¹²⁰ | Otorrinolaringologia²⁵⁰ | Pediatria³⁰
Psiquiatria²⁰ | Urologia⁵⁰⁰ | Fisiatria^{11.000} | Implantologia⁹⁵
Psicologia²⁰⁰ | Audiologia²⁵ | Acupuntura¹²⁰ | Fisioterapia^{195.000}
Massagem Terapêutica | Nutrição²⁰ | Osteopatia⁵⁰ | Ortodontia²⁵
Terapia ocupacional⁹⁰⁰⁰ | Terapia da fala²⁰ | Podologia²⁴⁰
Enfermagem¹⁵⁰⁰ | Análises Clínicas⁶⁰⁰ | Medicina Desportiva¹⁰⁰



OUTRAS ATIVIDADES

Aconselhamento Jurídico²⁵
Iniciativas Cívicas
Protocolos de Colaboração⁵⁰

* 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*
924 466 451**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS E FÚNEBRE DE VALONGO



10 524 Associados

11 Pessoas ao serviço

6 Contratos sem termo

2 Prestadores de serviços

2 Contratos a termo certo

1 Voluntário

1 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Francisco
Pereira Martins**

Manuel Gerardo Monteiro Dias
António Alves do Vale
Eduardo Moreira Sousa

CONSELHO FISCAL

Agostinho Duarte Castro Ribeiro
João Pedro Neves da Rocha
André Machado Alves

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Francisco da Silva Moreira
Francisco Augusto Neves Ferreira
Ariana Raquel Ramos Pinto Mendes



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral 10.524 subscrições



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



AMUT ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE GONDOMAR



2334 Associados
47 Média de idades
13 Pessoas ao serviço
9 Contratos sem termo
4 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Ângela da Conceição
Vieira Pereira**

Maria António Pereira Ferreira
Artur Manuel Silva Teixeira
Maria do Sameiro dos Santos Moura
Rogério Lisandro Pereira Soares

CONSELHO FISCAL

José Ferreira Dias
José Luís Loureiro Vasconcelos
Isabel Maria Ferreira Castro Ascensão

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria José Oliveira Ferreira
Teresa Maria Ramos das Neves
Ana Cristina Fonseca Silva



14 julho de 2011
Com história associativa desde 1963.



Rua 5 de Outubro, 135
4420-086 Gondomar



224 633 184*
966 766 762**



amut@amut.pt



amut.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa²³²⁴ subscrições

Assistência Médica e Enfermagem²³²² subscrições



SAÚDE

AMUT'Ajuda - Centro de Recursos de Ajudas Técnicas;

Orientação Vocacional; Beleza e Bem Estar;

Clínica AMUT Saúde

Especialidades: Enfermagem | Fisioterapia¹⁰¹¹ | Reiki | Acupuntura

Medicina Geral e Familiar | Fisioterapia Manual | Osteopatia¹⁷²

Terapia da Fala¹⁵¹ | Psicologia Clínica¹¹⁴ | Nutrição³⁰³

Medicina Tradicional Chinesa³⁸⁴ | Massagem Terapêutica

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 Certificada⁶⁴⁷

AMUT - Biblioteca⁹²

AMUT - Caminhando (Caminhadas)

Prémio - Mérito Escolar

Turismo Social⁸³⁶

Cultura e Lazer¹⁴⁰

Ações Culturais e Recreativas³¹⁰

Protocolos de Colaboração¹⁶⁸

* 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



37 066 Associados
62 Média de idades
20 Pessoas ao serviço
6 Contratos sem termo
14 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Nuno Filipe Martins
de Oliveira**

António Filipe Martins de Oliveira
Luís Vitor Polónia
Ricardo Augusto Cruz Couto
Carlos Moreira Casal

CONSELHO FISCAL

Fernando Borges Jesus
António Alberto Martins Barbosa
Jaime Conde Coutinho

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Delfim Ferreira Rocha Azevedo
Avelino Ferreira Silva
Elias Moreira Casal



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem^{37.066 subscrições}
Solidariedade Associativa
Subsídio de Funeral^{136.839 subscrições}



SAÚDE

Clínica Espaço Saúde (Rua da Boavista 414, 4435-123 Rio Tinto
220 434 965* | 967 661 313** | esau@associacaosaobento.com)
Especialidades: Medicina Geral e Familiar | Medicina Dentária
Podologia | Psiquiatria | Nutrição | Ortopedia

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 223 395 490*
Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação - 6 Moradias
Protocolos de Colaboração

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



A BENEFICÊNCIA FAMILIAR ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



43 032 Associados
63 Média de idades
44 Pessoas ao serviço
42 Contratos sem termo
1 Contratos termo certo
1 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Carlos Jorge Costa
Azevedo Silva**

Ana Eugénia Alves Nogueira Carvalho
António Ferreira Pinheiro
Orlando Rui Teixeira Veiga
Manuel Joaquim Ribeiro Ferreira

CONSELHO FISCAL

Mário Rui Pinheiro Rangel
Rui Melo Cosme
Carlos Emanuel Ferreira Madureira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Lourenço Pinto
Joana Marcela Moreira Leal
Helena Maria Silva Machado Barroso

 1 janeiro de 1877

 Rua da Formosa, 349
4000-252 Porto

 222 087 520*
919 354 372**

 geral@abfamiliar.pt

 abfamiliar.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{43.032} | **Assistência Medicamentosa**^{43.032}
Subsídio de Funeral^{41.499} | **Capital de Reforma/Poupança Reforma**
Complemento de Reforma³⁰ | **Complemento de Desemprego**²⁶
Poupança | **Poupança Juventude/Proteção jovem**¹⁷ | **Poupança Extra**



SAÚDE

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 223 395 490*
Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*
Serviço Médico ao Domicílio - 223 395 499*
Serviço Enfermagem ao Domicílio - 225 503 740*
Óptica - Rua Formosa, 349, Porto | 222 082 335*
Transporte de Doentes - Rua das Cruzes, 580, Porto | 226 151 800*
Espaço+Saude (ParaFarmacia, Soluções Ortopédicas Ótica (AM A Lutuosa Portugal))



PROTEÇÃO SOCIAL

Universidade Sénior - 143 utentes
Apoio Domiciliário - Rua das Virtudes, 11 Porto,
222 002 424* | geral@saom.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Caixa Económica⁷¹⁵:
Rua da Formosa, 325 - 1º 4000-252 Porto
222 087 520* | 223 320 961* | geral@ceporto.com
contabilidade@ceporto.com

Funerária⁵⁵⁰:
Rua do Ateneu Comercial do Porto, 33 - 4000-380 Porto
222 005 940* | 919 354 372** | funeraria@abeneficencia.org
(Seguro Automóvel; Seguro Saúde; Multi Risco Habitação)¹³⁰;
Empréstimos sobre Penhores⁶³²; **Cinásio; Cantina; Piscina;**
Cultura e Lazer; Poupanças; Bolsas de Estudo; Turismo Social;
Aconselhamento Jurídico; Aulas de Dança; Escola de Línguas;
Protocolos de Colaboração³⁴

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



Previdência
Familiar
do Porto

📅 | 7 maio de 1876

📍 | Rua Coelho Neto, 73
4000-178 Porto

☎️ | 225 371 108*

✉️ | geral@previdencia.pt

🌐 | previdencia.pt



A PREVIDÊNCIA FAMILIAR DO PORTO ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS



37 966 Associados
59 Média de idades
39 Pessoas ao serviço
12 Contratos sem termo
19 Prestadores de serviços
8 Contratos a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Sérgio
Meira

Carla Magalhães
José Canossa
António Sá
Joana Cardoso

CONSELHO FISCAL

Ariana Conceição Pinto Pinheiro
Joaquim Coutinho
Fernanda Duarte

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António Graça Teixeira da Silva
Agostinho Bandeira
Beatriz Caldeira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem²⁵⁴ subscrições

Assistência Medicamentosa

Solidariedade Associativa²⁸³ subscrições

Subsídio de Funeral^{37.429} subscrições



SAÚDE

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 223 395 490*

Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*

Beleza e Bem Estar⁵⁰ Estomatologia⁵⁸⁷; Medicina Dentária¹⁰⁰⁰



PROTEÇÃO SOCIAL

Serviço de Apoio Domiciliário³⁰ utentes

Tel.: 915 175 217**



OUTRAS ATIVIDADES

Empréstimos Sobre Penhor

Aconselhamento Jurídico²⁰⁸

Protocolos de Colaboração¹

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



 14 outubro de 1877

 Rua de São Salvador, 17
4100-210 Porto

 arestauradoraemramalde@gmail.com

 220 142 284*
967 526 745**



A RESTAURADORA DE RAMALDE ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

 548 Associados

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Heber António
de Freitas Machado**

João Diogo Souto Coelho
Célia Maria Santos Carneiro
Hugo Filipe Gonçalves Dias

CONSELHO FISCAL

Manuel Francisco Pizzaro Sampaio
Joaquim Jesus Monteiro
Zeferino Manuel Teixeira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Paulo Manuel Moz Barbosa
Maria Julieta Baptista Sampaio
António Adriano Andrade



PREVIDÊNCIA SOCIAL

**Assistência Médica e Enfermagem
Assistência Medicamentosa**



SAÚDE

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 223 395 490*

Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*



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*
962 144 464/5**

 geral@vencedora.pt

 vencedora.pt



A VENCEDORA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



19 828 Associados
18 Pessoas ao serviço
5 Contratos sem termo
13 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Fernando Ireneu
Silva Guimarães**

Rui Marco Cid Martins
José Manuel da Silva Canedo
Ana Maria Gomes Castro
Hugo Daniel da Silva Madureira

CONSELHO FISCAL

Elisa Maria Freitas Vieira Rocha
João Paulo Almeida Ferradaz
Sónia Cristina Cardoso Pereira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Herculano Casimiro de Melo
Maria Adelina Miranda Reis
Ricardo Jorge Cruz Queirós



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{364 subscrições}

Subsídio de Funeral^{18.991 subscrições}

Capital por Morte^{369 subscrições}

Capital de Previdência

Capital de Reforma - Poupança Reforma

Complemento de Reforma

Complemento de Desemprego

Poupança Juventude - Proteção Jovem

Poupança Crescente

Poupança Extra

Velhice/Sénior^{111 subscrições}



SAÚDE

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 225 379 562*

Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*

Clínica da Liga de Gaia - Rua Serafim Rodrigues da Rocha, 39, 3.º | 223 774 000*

Serviço médico ao domicílio - SMP - Saúde | 210 056 700*

Serviço Enfermagem ao Domicílio - Enfermagem Central do Porto | 225 503 740*

Seguro de Saúde MGEN | 225 379 562*



OUTRAS ATIVIDADES

Aconselhamento Jurídico

Seguros de Saúde MGEN

Protocolos de Colaboração⁵

Habitação - 1 Moradia

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



**AMAR
ASSOCIAÇÃO
MUTUALISTA
DOS ARTISTAS
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



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica



PROTEÇÃO SOCIAL

**Assistência Social
Apoio à Terceira Idade**



OUTRAS ATIVIDADES

**Cultura
Turismo**

* Chamada para rede fixa nacional



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS
A PREVENÇÃO DO PORTO

 5 novembro de 1994

 Rua de Santa Catarina, 1011
4049-050 Porto

 prevencao.porto.2019@gmail.com

 223 398 000*
914 519 842**

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS A PREVENÇÃO DO PORTO



95 Associados
70 Média de idades

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Maria Celeste
Costa Balreira**

Vitor Manuel Ribeiro Machado
Josefa Maria Lopes Rodrigues
Celeste Maria Vieira Gonçalves

CONSELHO FISCAL

Joaquim Alexandre de Oliveira e Silva
António Alberto Alves Guimarães
Adelina Maria Nunes Campos

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Oliveira Pereira
José Manuel Carvalho Simões
Joaquim Luís Caetano Meneses



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Saúde^{86 subscrições}

Subsídio de Funeral^{86 subscrições}



PERFIL

A Associação de Socorros Mútuos “A Prevenção Portuguesa” tem como missão fundamental a proteção dos associados, mediante a atribuição de subsídios em intervenções cirúrgicas, abrangendo, também, subsídios para aquisição de óculos ou lentes para correção da vista, próteses dentárias e aparelhos auditivos e a concessão de subsídios de funeral.

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

 18 setembro de 2002

 amutualista@nors.com

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

 226 150 300*

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DA NORS, S.A.

 853 Associados
47 Média de idades
2 Pessoas ao serviço
2 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Joaquim
Passos Teixeira**

Susana Filomena Rodrigues
Hélio Filipe Coelho Moreira

CONSELHO FISCAL

Sónia Cristina Teixeira Gaspar
Michele Alexandra Madeira
Dionísio Pinto Oliveira e Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Fernando Nascimento Soares
Lucinda Maria Magalhães Correia
Berta Maria Mesquita Barbosa

PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica⁸³⁵

Assistência Medicamentosa⁸³⁵

Subsídio de Casamento¹

Subsídio de Nascimento⁵



SAÚDE

Consulta de Medicina Geral



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio à Formação

Protocolos de Colaboração⁵⁴

Bolsas de Estudo¹⁶¹

** Chamada para rede móvel nacional



 1 maio de 1892

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

 222 000 603*
936 422 090**

 geral@gloria-am.pt
gloriaportuguesa.asm@gmail.com
secretaria@gloria-am.pt

 gloria-am.pt



GLÓRIA PORTUGUESA ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS

 21 791 Associados
65 Média de idades
19 Pessoas ao serviço
3 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Isabel Maria
Leite Silva**

Lucília Maria Duarte Pessoa
Maria Helena Silva Carneiro
Serafim Martins Silva
Tito Henrique Pereira do Carmo

CONSELHO FISCAL

Artur Manuel Ferreira Ribeiro
Joaquim Conceição Santos Costa
Rodolfo Magalhães Teixeira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Delfim Ferreira Rocha Azevedo
Rosa Maria Cardoso Costa
Nelson Filipe Ramos Carmo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{21.791 subscrições}
Assistência Medicamentosa^{21.791 subscrições}
Subsídio de Funeral^{21.700 subscrições}



SAÚDE

Clínica da Liga do Porto - Rua do Bonjardim, 260, Porto | 223 395 490*
Farmácia da Liga do Porto - Rua Formosa, 404, Porto | 223 395 495*
Óptica



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação [2 Fogos]
Aconselhamento Jurídico
Protocolos de Colaboração³

* 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

- 👥 10 Associações
- 4 Associações Aderentes
- 126 Pessoas ao serviço
- 47 Contratos sem termo
- 73 Prestadores de serviços
- 6 Contratos a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Carla Magalhães
A Previdência Familiar do Porto - A.M.

Rui Março Cid Martins
Miguel Ângelo Pimental de Castro
Luís Vitor Morete Polónia
Paulo Jorge Albuquerque Soares
Tito Henrique Pereira de Carmo
Manuel Joaquim Ribeiro Ferreira
Héber António de Freitas Machado

COMISSÃO EXECUTIVA

Sérgio Meira
Carlos Jorge Silva
Manuel Valentim Pereira

COMISSÃO FISCALIZADORA

Paulo Soares
Luís Polónia
Isabel Silva



SAÚDE

Clínica

Especialidade^{N.Atos}, Cessaçãõ Tabágica | Medicina Interna⁵⁷
Cardiologia⁵⁹³ | Angiologia | Cirurgia Vascular¹⁶³ | Dermatologia¹⁴⁰⁸
Medicina Geral e Familiar⁶³⁹³ | Clínica Geral ao Domicílio
Consulta da Dor⁷ | Endocrinologia⁴⁹⁹ | Gastrenterologia³¹⁸
Ginecologia-Obstetrícia¹¹²⁰ | Neurologia⁸⁵⁶ | Nutrição/Obesidade³¹⁷
Podologia⁷⁹³ | Oftalmologia²⁰⁸⁷ | Ortopedia⁴⁷¹ | Otorrinolaringologia¹³¹²
Pediatria¹⁷⁶ | Pneumologia-Alergologia²⁶⁶ | Psicologia³⁹⁵ | Psiquiatria⁵⁷⁸
Reumatologia²⁴⁵ | Urologia⁶⁵⁰ | Medicina Dentária^{11.758} | Fisiatria^{424.172}
Enfermagem Geral¹⁶⁹⁷ | Enfermagem ao Domicílio | Fisioterapia^{30.317}
Terapia da Fala⁴⁸⁶ | Massagem Terapêutica⁷² | Implantologia¹⁹²
Acupuntura⁹⁹ | Osteopatia¹⁵⁰ | Próteses Dentárias¹⁵⁷⁴

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

8 Acordos

* Chamada para rede fixa nacional



 12 maio de 1892

 Rua Damião de Góis, n.º34,
1.º sala X, 4050-221 Porto

 mealheiropostal@gmail.com

 222 001 749*

MEALHEIRO POSTAL ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



258 Associados
60 Média de idades
2 Pessoas ao serviço
2 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Jorge Manuel
Valério Pinto**

Armindo Silva Teixeira
Afonso Joaquim Santos Monteiro
Fernando Mário Domingos Gomes

CONSELHO FISCAL

José Jorge Fernandes Teixeira
Carlos Alberto Pimenta Rocha

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Nuno José Pinto Adão
Rosa Maria Virgínia Dias Caldeira
Arnaldo Bravo Martins



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral 180 subscrições

Subsídio Repartido 60 subscrições



OUTRAS ATIVIDADES

Capital Repartido

Habitação [7 Fogos]

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



**Previdência
dos Ferrovários
de Portugal**

Associação de Socorros Mútuos

 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

7 Pessoas ao serviço

6 Prestadores de serviços

1 Contrato a termo certo

1 Voluntário

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Hélder Manuel
Soares Pinheiro**

José Luís Granjo

Ana Natalino do Nascimento

José Pinto da Costa

Maria Soares Pinheiro

CONSELHO FISCAL

Américo José da Silva Ribeiro

António Bento Feijó

Tiago Alexandre Araújo

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Bernardo Filipe de Queiroz

Alberto Sousa

Vitor Martins Pereira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Invalidez

Velhice^{320 subscrições}

Habitação Acessível⁸⁴



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação (Arrendamento a preço acessível) [395 Fogos]

Protocolos de Colaboração¹⁵

** Chamada para rede móvel nacional



 2 outubro de 1892

 Largo da Associação, 85
4415-486 Grijó

 227 640 162*
929 263 539**

 geral@afgrijó.pt

 afgrijó.pt



A FAMILIAR DE GRIJÓ ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



3400 Associados

11 Pessoas ao serviço

3 Contratos sem termo

8 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Luís Alberto
Silva**

Ana Maria Marques Silva
Rui Fernando Silva Azevedo

CONSELHO FISCAL

Luís Filipe Coelho Oliveira Costa
Mário Alexandre Sá e Silva
Luís Manuel Reis de Miranda

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Carlos Alberto Assunção Rocha
Edgar José Vilares Diogo
Domingos Pereira do Espírito Santo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem³²³
Subsídio de Funeral³⁰⁷⁷



SAÚDE

Clínica

Especialidades:

Enfermagem

Medicina Geral e Familiar³⁰⁷

Otorrinolaringologia⁴

Psicologia²³

Psiquiatria

Ginecologia-Obstetrícia

Podologia

Nutrição⁶

Fisioterapia

Acordos MCDT



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração²⁵

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



Associação de Socorros
Mútuos de Serzedo

📅 | 1 maio de 1905

✉ | geral@asms.pt

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

🌐 | asms.pt

☎ | 227 620 268*

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE SERZEDO



16 000 Associados
60 Média de idades
16 Pessoas ao serviço
37 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Joaquim Rafael
do Couto Devesas**

Bento Fernando Serra Santos
Maria Cristina Santos Diogo
Olinda Maria Correia Barbosa
José Manuel Couto Silva

CONSELHO FISCAL

João Morais Sousa
José Pedro Maria
Jaime Augusto Martins

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Ana Olga Ferreira Marques Lucas
Filomena Loureiro Lucas
António Carlos Carreira de Araújo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{17.000 subscrições}
Subsídio de Funeral^{15.500 subscrições}



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**

Especialidades:

Enfermagem¹⁹⁵⁰ | Medicina Geral e Familiar^{16.098} | Cardiologia

Cirurgia Geral³¹ | Endocrinologia⁶ | Dermatologia³⁸⁶ | Acupuntura¹

Ginecologia / Obstetrícia⁴⁵⁷ | Implantologia¹⁰ | Medicina Dentária⁴⁸⁴⁹

Neurologia¹⁶⁸ | Nutrição¹⁰⁷ | Ortopedia²⁰⁴ | Otorrinolaringologia⁴¹⁵

Pediatria¹¹⁰ | Pneumologia⁴⁸ | Podologia⁸³⁵ | Psicologia⁴⁴² | Psiquiatria⁹⁰

Reumatologia | Terapia da Fala²³ | Urologia¹⁰² | Fisioterapia¹⁷⁴⁰

Ortodontia | Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Jurídico

Protocolos de Colaboração⁷⁰

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



 1 maio de 1907

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

 antoniomoreiradesa@gmail.com

 227 650 679*
919 216 261**

A.S.M. FÚNEBRE E FAMILIAR NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO PARA AMBOS OS SEXOS DE LEVER E FREGUESIAS CIRCUNVIZINHAS

 4080 Associados
6 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

**José Silva
Guedes de Pinho**

Joaquim Silva Barbosa
Rosa Cristina Tavares Rosalino
Manuel Barbosa dos Santos
Rosa Maria Vidal Silva Carvalho
Maria Rosa Alves da Silva
Elísio Moreira Silva
Maria Rosa Pinto Barbosa de Sá

CONSELHO FISCAL

David Castro Oliveira
Augusto da Cunha Ferreira
Lurdes Pereira de Sousa

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Paula Cristina Aranha Pinho
Marco André de Oliveira Pereira
Maria Fernanda Moreira dos Santos



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. Antônio 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

 3150 Associados

PRESIDENTES CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**HENRIQUE
PAIVA**

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 Colaboração³

* Chamada para rede fixa nacional



📅 | 13 setembro de 1903

📍 | Rua do Calvário, 673
4415-913 Sandim

☎️ | 227 633 001*

✉️ | geral@ansesandim.pt

🌐 | ansesandim.pt



A.S.M. NOSSA SENHORA DA ESPERANÇA DE SANDIM E FREGUESIAS CIRCUNZINHAS



8585 Associados
52 Média de idades
92 Pessoas ao serviço
41 Contratos sem termo
24 Prestadores de serviços
27 Contratos a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Mário Fernando
Sá Marques**

Luísa Baptista
Maria da Conceição Tavares
José Miguel da Silva Moreira

CONSELHO FISCAL

Rui Manuel Sousa Lopes
Marisela Mota
Manuel Correia

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Delfina das Neves
Anabela Duarte
Maria Deolinda de Araujo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa¹⁰⁹³ subscrições

Assistência Médica e Enfermagem⁷⁹⁰ subscrições

Subsídio de Funeral¹⁸⁵⁸⁵ subscrições



SAÚDE

Clínicas:

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

Especialidades: Fisioterapia⁷⁵⁷⁵ | Medicina Geral⁵⁶⁵⁹ | Ginecologia²³¹

Cardiologia¹⁰⁵ | Pediatria⁴⁰ | Otorrinolaringologia¹⁰⁴ | Oftalmologia²¹⁵

Medicina Dentária | Pneumologia¹³ | Dermatologia¹³⁵ | Nutrição⁴

Podologia⁸¹ | Terapia da Fala³³³ | Acupuntura³⁸ | Psicologia¹⁷¹ | Reiki¹

Terapia de Casal | Terapia Ocupacional⁴ | Osteopatia⁵ | Psiquiatria²⁹

Análises Clínicas²⁸⁷⁹ | Eletrocardiograma (ECG) | Ortodontia

Massagem Terapêutica | **Farmácia (Sandim** - 227 652 666);

Equipa de Apoio Domiciliário de Saúde Mental - Rua da Candeeira, 257,
4415-793 Sandim | 227 632 608* | ead@ansesandim.pt



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário [58+83 utentes]

Rua da Candeeira, 257 4415-793 Sandim

227 632 608* | 969 507 432** | centrodedia@ansesandim.pt

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

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

Ações Culturais e Recreativas³⁴ | **Apoio Alimentar**⁵⁸⁶ | **Coro** | **Yoga**

Aulas de Dança¹⁴² (Contemporânea; Hip-Hop) | **Centro Qualifica**

Escola de Línguas⁴⁰ | **Apoio Social à Comunidade**¹³⁸⁵

Ajudas Técnicas Protocolos de Cooperação³⁴

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



 16 julho de 1893

 Rua 5 de Outubro, 1275
4430-804 Avintes

 227 820 240*
915 712 251**

 asmavintes@gmail.com
geral@asmra.pt
asm@gmail.com

 asmra.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS “RESTAURADORA” DE AVINTES

-  11 270 Associados
- 59 Média de idades
- 25 Pessoas ao serviço
- 5 Contratos sem termo
- 1 Contrato a termo certo
- 14 Outros
- 1 Voluntário

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**António Fernando
da Silva Sousa**

José Manuel Nunes Araújo
João Manuel Pereira Lucas
Daniel Soares Pinto
José Joaquim Ferreira Correia

CONSELHO FISCAL

Manuel Pereira dos Santos
José Manuel Pereira Moreira
Afonso José Ferraz Santos

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Ana Sofia de Oliveira Rito
Sílvia Isabel Guedes Queiroz
Cremilde Gomes de Silva



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica^{11.270 subscrições}

Subsídio de Funeral^{10.427 subscrições}



SAÚDE

Clínica

Especialidades^{N.Atos}:

Acupuntura¹¹

Enfermagem¹⁴⁵⁵

Massagem Terapêutica¹³⁸

Podologia²¹⁵

Psicologia⁴³²

Psiquiatria⁶⁷

Nutrição⁷⁴

Ginecologia¹⁹⁴

Pediatria⁶⁸

Medicina Geral e Familiar^{11.135}

Terapia Ocupacional²

Terapia da Fala¹⁷

Terapia de Casal¹

Acordos MCDT



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração²⁰

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



📅 | 1 agosto de 1897

📍 | Rua do Corvo, 778
4410-439 Arcozele

☎️ | 227 537 000*

✉️ | geral@mutualista.pt
geral@mutualclinic.pt

🌐 | mutualista.pt



ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DE ARCOZELO



10 989 Associados
51 Média de idades
47 Pessoas ao serviço
11 Contratos sem termo
35 Prestadores de serviços
1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**José
Miguel Gomes**

Manuel Luís Mendes
Helena Costa
Joel Leite
Fernando Duarte

CONSELHO FISCAL

Ósmar José Santos
Joel Peixoto Leite
Paula Alexandra Sá Bento

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Manuela Moreira Marques
Carla Alexandra Marques Rodrigues
José Feliciano Orfã



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Enfermagem^{10.989 subscrições}

Subsídio de Funeral^{13874 subscrições}



SAÚDE

Clínica:^{35.089 Atos}

Especialidades^{N.Atos}: Enfermagem^{12.912} (serviço diurno e noturno);
Medicina Geral e Familiar^{15.712} (serviço diurno e noturno)
Acupuntura³¹³ | Cirurgia Vascular¹³¹ | Cardiologia³⁸ | Dermatologia⁴⁸⁰⁰
Urologia¹¹⁵ | Ginecologia e Obstetrícia³⁸² | Medicina Interna
Nutrição¹¹⁵ | Medicina Dentária¹⁷⁶⁵ | Medicina Estética | Neurologia¹¹⁰
Ortopedia⁷⁸ | Endocrinologia¹² | Otorrinolaringologia³⁶⁴ | Pediatria¹³¹
Podologia⁴⁹⁶ | Pneumologia³² | Psicologia⁶⁷⁴ | Psiquiatria¹³⁶
Reumatologia²⁵ | Terapia da Fala¹³⁶⁹ | Terapias Complementares
Beleza e Bem-Estar¹ | Gastreenterologia⁹⁶² | Fisiatria³⁰³⁸ | Fisioterapia⁷⁴⁹
Ortodontia⁴⁶ | Próteses Dentárias⁵⁶



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa 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
40 Trabalhadores

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Luís Filipe Amorim
Montepio Vilanovense de Socorro
Mútuo "Costa Goodolfim"

Vitor Salomão Oliveira Martins
Carlos Coelho Pereira Esteves
Avelino Luís Ferreira Marinho
Alfredo António Gouveia Ferraria

CONSELHO FISCAL

Joaquim Augusto Ferreira da Silva
Joaquim Francisco Almeida Gonçalves
Manuel Fernandes Monteiro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

José Baltazar Ferreira da Silva
Augusto Manuel Ferreira Magalhães
Carlos Manuel Rodrigues Soares



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
Gastroenterologia | Ginecologia/Obstetícia | Medicina Dentária
Medicina Interna/Doenças Reumatológicas | Neurologia
Neuropediatria | Nefrologia/Doenças Renais | 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

REGIÃO CENTRO



41.241
ASSOCIADOS



395

N.º de trabalhadores

24%

Associados com menos de 45 anos

33%

Associados entre 45 e 65 anos

43%

Associados com mais de 65 anos





 25 fevereiro de 1894

 Rua 22, 327
4500-273 Espinho

 227 341 570*

 geral@familiardeespinho.pt

 familiardeespinho.pt



A FAMILIAR DE ESPINHO ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



3645 Associados
19 Pessoas ao serviço
9 Contratos sem termo
10 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**José dos Santos
Almeida**

Armando Jorge Santos Sarabando
Daniel Gaspar Oliveira Gomes

CONSELHO FISCAL

Amadeu Magalhães Vieira Gomes
José Manuel Santos Silva
José Aníbal Almeida Rocha

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António Manuel Mano Oliveira
Fernando Manuel Conceição Queiroz
Vitor Reis Henriques



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem⁴³⁹ subscrições

Assistência Medicamentosa

Solidariedade Associativa

Subsídio de Funeral³¹⁴⁷ subscrições



SAÚDE

Clínica

Especialidades^{N.Atos}: Fisiatria | Fisioterapia²⁶ | Massagem Terapêutica
Medicina Geral e Familiar⁵⁷⁰ | Ortopedia²⁰ | Medicina Dentária³⁰⁰
Psicologia⁶⁰⁰ | Podologia | Nutrição | Osteopatia²⁶⁰ | 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@familiardeespinho.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração³⁴

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



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

 8025 Associados
71 Média de idades
88 Pessoas ao serviço
70 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Manuel Rocha
Gomes Pereira**

Jaime Pereira da Costa
Maria Rosário Ribeiro Sousa
Pedro Alexandre Ribeiro Pereira

CONSELHO FISCAL

José Fernando Gomes Bernardes
Margaridas Gomes Ribeiro Pereira
Fernanda Cecília Ferreira Andrade

MESA ASSEMBLEIA GERAL

António José dos Santos Neves
Manuel Malheiro de Sousa
António Gonçalves Feiteira

 10 setembro de 1905

 Rua Tuna Musical, 987
4500-054 Anta-Espinho

 227 340 103*
961 365 279**

 geral@associacaoanta.com

 associacaoanta.com



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica^{587 subscrições}
Subsídio de Funeral^{7916 subscrições}



SAÚDE

Clínica^{2115Ato}s (Rua Tuna Musical de Anta, 987 Espinho - 4500-054 Anta)
Especialidades^{N.Ato}s: Enfermagem³⁰ | Fisioterapia⁴⁰⁶ | Urologia⁷
Análises Clínicas¹²²⁵ | Eletrocardiograma | Próteses Dentárias³²
Medicina Geral e Familiar⁵⁸ | Pediatria¹⁸ | Ortopedia³⁶ | Oftalmologia¹⁷⁵
Podologia⁶⁰ | Otorrino⁶⁶ | Nutricionista | Psicologia¹³⁷ | Audiologia¹
Ginecologia / Obstetrícia³⁷ | Medicina Desportiva²¹⁵ | Cirurgia Geral
Medicina Dentária⁸⁴¹ | Cirurgia Pequena¹⁹ | Terapia da Fala²⁷



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas

Rua Professor Dias Afonso, 230, 4500-029 Anta [capacidade 80 utentes]
227 332 190* | 927 591 274** | 915 566 133**

Centro de Convívio

Rua Tuna Musical de Anta, 987, 4500-054 Anta [capacidade 30 utentes]
961 365 279**

Creche “Portugal dos Pequenininos”

Rua Professor Dias Afonso, 120, 4500-029 Anta [capacidade 80 crianças]
227 347 479* | 961 365 279**

Centro Lúdico - Pedagógico “O Francisquinho”

Rua Tuna Musical de Anta, 923, 4500-054 Anta [capacidade 40 utentes]
227 319 107* | 962 449 964**



OUTRAS ATIVIDADES

**Protocolos de Colaboração
Cultura e Lazer**⁴⁰

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



A MUTUALIDADE DE SANTA MARIA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

-  19 184 Associados
- 61 Média de idades
- 67 Pessoas ao serviço
- 40 Contratos sem termo
- 24 Prestadores de serviços
- 11 Contratos a termo certo
- 4 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Luís Alberto Silva

Victor Ferreira
Luís Miranda
Rui Fardilha
António Joaquim Santos

CONSELHO FISCAL

Hélder Álvares Ferreira
José Pereira
Mário Simões

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Edgar José Vilares Diogo
Mafalda Rodrigues
Luís Costa

 4 abril de 1897

 Av. 29 de Março, 652
Apartado 50
3885-518 Esmoriz

 256 759 040*

 geral@mutualidade.pt
secretaria@mutualidade.pt

 mutualidade.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Sobrevivência⁴³⁷ subscrições | **Solidariedade Associativa**⁵⁵⁵
Subsídio a Prazo¹⁹³ | **Assistência Médica e Enfermagem**¹⁷⁹
Assistência Medicamentosa⁸¹⁴ | **Subsídio de Funeral**^{12.006}



SAÚDE

Clínica Santa Maria (Av. Joaquim Oliveira Silva, 366
3885-415 Praia de Esmoriz | clinica@mutualidade.pt | 911 814 330**);
Especialidades^{N.Atos}: Enfermagem | Fisioterapia¹⁷ | Cirurgia Geral¹⁰
Medicina Geral e Familiar⁹⁶ | Psiquiatria²⁷³ | Otorrinolaringologia³⁰
Podologia⁸⁹ | Psicologia⁹⁰ | Nutrição⁹⁵⁰ | Administração de Vacinas¹⁰⁸⁶
Tratamentos Estéticos³⁵ | Pequena Cirurgia² | Massagem Terapêutica¹⁰
Medicina Tradicional Chinesa¹² | Osteopatia¹⁵

Farmácia Mutualidade (Av. Joaquim Oliveira Silva, 366
3885-415 Praia de Esmoriz | farmacia@mutualidade.pt | 915 694 998**);



PROTEÇÃO SOCIAL

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

Centro Infantil da Feira | Creche [68 utentes] + **Pré-Escolar** [75 utentes]
Quinta do Castelo 4520-306 Santa Maria da Feira
256 313 028* | cifeira@mutualidade.pt

Centro Infantil de Lourosa | Creche [81 utentes]
Av. Rua do Infantário N.º 295 4535-068 Lourosa
227 457 666* | cilourosa@mutualidade.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Centro Qualifica⁶²⁴ | **Formação Profissional**¹¹⁵⁵ | **Cultura e Lazer**¹⁰
Protocolos de Colaboração¹⁰

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

✉ | geral@mut-cmsps.pt

📍 | Edifício Avenida, Piso 1, Loja 6,
Avenida Dr. Sá Carneiro, 236
3660-428 S. Pedro do Sul

🌐 | mut-cmsps.pt



☎ | 232 724 631*

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



150 Associados
42 Média de idades
5 Pessoas ao serviço
4 Contratos sem termo
1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Rui
Almeida**

José Luís Almeida
Cláudia Costa
Paulo Regado

CONSELHO FISCAL

Joaquim Ribeiro
Fernanda Carvalho
Ester Matos

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Mónica Almeida
Susana Barbosa
Helena Carvalho



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Saúde^{50 subscrições}

Assistência Médica^{50 subscrições}

Assistência Medicamentosa^{50 subscrições}

Apoio à Família^{42 subscrições}

Subsídio de Nascimento^{42 subscrições}

Solidariedade Associativa^{82 subscrições}



PROTEÇÃO SOCIAL

MUTKIDS:

Pré-Escolar (3 aos 6 anos) [capacidade 20 crianças]

CATL (6 aos 12 anos) [capacidade 25 crianças]



OUTRAS ATIVIDADES

Ações Culturais e Recreativas⁵⁰

Protocolos de Colaboração¹

* Chamada para rede fixa nacional



 **7 junho de 1930**
Com história associativa desde 1895.

 **Rua Capitão João de Almeida, 9**
6200-365 Covilhã

 **275 310 870***

 **geral@mutualistadacovilha.pt**
geral@mutualista-covilhanense.pt

 **mutualistadacovilha.pt**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS MUTUALISTA DA COVILHÃ



3513 Associados
85 Pessoas ao serviço
22 Prestadores de serviços
56 Contratos sem termo
1 Contrato a termo certo
7 Outros
10 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Nelson António
Mendes da Silva**

Fernando Neves Alexandre
António Manuel Garcia Rebordão
António Valentim Dias
Luís Filipe Fabião Pessoa

CONSELHO FISCAL

Tânia Andreia Lopes Correia
Ricardo Jorge Paiva Quelhas
Mário Manuel Viegas Mouro

MESA ASSEMBLEIA GERAL

João José Conceição Morgado
Sara Mabel Nunes Rebordão
Paula Cristina Pereira Pinheiro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Solidariedade Associativa | Assistência Médica e Enfermagem²³⁷⁵
Assistência Medicamentosa | Subsídio de Funeral¹⁹⁹



SAÚDE

Centro Clínico | 275 310 875*

Especialidades^{N.Atos}: Medicina Geral e Familiar^{18.144} | Enfermagem⁴⁷⁷³
Cardiologia⁴¹ | Medicina Dentária¹³⁹ | Psicologia | Optometria | Audio-
logia

Acupuntura | Nutrição | Fibromialgia⁷²⁶ | Terapias Complementares
Medicina Tradicional Chinesa | Análises Clínicas²⁰⁵ | Acordos MCDT

Farmácia | 275 327 353*

Unidade Móvel de Saúde



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas⁴⁰

Centro de Dia³⁰

Serviço de Apoio Domiciliário⁶⁰

Estrutura de Acolhimento Temporário - Casa Moura (Migrações)³⁰

Balcão do Migrante - Apartamentos de Autonomização⁸

POAPMC - Ajuda Alimentar a Carenciados

Cantina Social

Projetos Sociais

Atendimento e Acompanhamento Social



OUTRAS ATIVIDADES

Incubadora de Inovação Social | Iniciativas Cívicas¹⁰

Apoio Social à Comunidade | Protocolos de Colaboração¹⁵

Ajudas Técnicas | Atividades Socio Culturais e Gastronómicas

* Chamada para rede fixa nacional



A PREVIDÊNCIA PORTUGUESA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



6713 Associados
57 Pessoas ao serviço
20 Prestadores de serviços
36 Contratos sem termo
1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



António Martins de Oliveira

Alexandre Fernandes Gomes da Silva
Wander Gaspar Brás de Carvalho
Júlio da Silva Gonçalves
Jaime Tiago Terêncio Antunes

CONSELHO FISCAL

Paulo de Sousa Costa
Manuel Marques Crisóstomo
Vitor Manuel Nunes Pereira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Luís Filipe Garrido Pais de Sousa
Marisa Ferreira Antunes
Célia Maria dos Santos Gonçalves

11 janeiro de 1929

Rua da Sofia, 193 - Apartado 29
3000-901 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



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Capital de Reforma¹⁶²³ | **Poupança Juventude**³³⁸ | **Subsídio Dote**⁸
Subsídio a Prazo com Pagamentos Antecipados⁵⁸⁰
Subsídio de Sobrevivência³⁴⁹² | **Subsídio a Prazo com Opções**¹⁶⁷
Subsídio Duplo de Sobrevivência e Prazo¹⁹⁵ | **Poupança Crescente**¹³¹⁶
Poupança e Educação⁸ | **Diferidos com Opção**³⁴ | **Rendas Vitalícias**⁴
Período com Opções | **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^{N.Atos}: Enfermagem³⁷²
Fisioterapia³⁵⁷ | Medicina Geral e Familiar¹⁵¹⁰ | Medicina Dentária⁴⁷²
Implantologia² | Podologia¹³ | Osteopatia¹⁷¹ | Ginecologia | Nutrição¹
Psicologia⁵⁴ | Psiquiatria¹ | Terapia da Fala³⁹ | Urologia¹⁴ | Pediatria²
Terapias Complementares | Cicurgia Geral¹⁴ | Coloproctologia
Acordos MCDT | Análises Clínicas Exames / Consulta de Medicina
Desportiva | Massagem Terapêutica¹ | Medicina do Trabalho¹

Clínica Medicina do Trabalho Fernando Albergaria

Rua Isidoro Baptista, n.º6 - 2, Quinta das Chãs 3030-778 Coimbra
239 842 541* | 963 847 448** | geral@falbergaria.pt



PROTEÇÃO SOCIAL

Jardim de Infância (Rua Fonte do Castanheiro 5, 3030-246 Coimbra
239 713 397* | jipp@aprevidenciaportuguesa.pt)
Creche [53] | **Pré-Escolar [65]**



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação [1 Moradia; 93 Apartamentos; 55 Lojas]:
(Coimbra; Figueira da Foz; Santa Maria da Feira; Ovar; Vila Franca de Xira; Sintra);
Galeria de Arte Casa da Mutualidade¹¹²⁸ | **Cultura e Lazer**
Apoio Jurídico | **Protocolos de Colaboração**¹⁸²

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



📅 | 11 outubro de 2005

✉ | mutualia@sapo.pt

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

🌐 | mutualia.pt

☎ | 239 837 031*



MUTUÁLIA FEDERAÇÃO MUTUALISTA



11 Associações
1 Pessoa ao serviço
2 Prestadores de serviços
1 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Carlos Jorge da Costa
Azevedo Silva**

António Manuel Marques Oliveira
Luís Morete Polónia
Fernando Neves Alexandre
Pedro Nuno Luís Santos

CONSELHO FISCAL

Nátalia Filipa Oliveira Nunes
António Alves do Vale
Avelino Luís Ferreira Marinho

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Manuel Albano Teixeira Loureiro
Fernando Ireneu da Silva Guimarães
António Rodrigo Magalhães Silva



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Mutuália 55^{+5 subscrições}

Poupança Extra^{7 subscrições}

Proteção Jovem^{8 subscrições}

Poupança^{5 subscrições}

Complemento de Desemprego



OUTRAS ATIVIDADES

Seguro de Saúde Mutuália/MGEN⁹⁵
Protocolos de Colaboração¹

A Mutuália é uma Federação Mutualista
constituída por 11 associações:

- A Beneficência Familiar ASM
- ASM São Bento das Pêras de Rio Tinto
- A Previdência Portuguesa AM
- A Vencedora AM
- ASM Modivas
- ASM e Fúnebre do Concelho de Valongo
- ASM Mutualista da Covilhã
- Liga das AM Vila Nova de Gaia
- Associação Vilanovense de SM
- A Lacobrigense ASM
- União Mutualista Nossa Senhora da Conceição

Tem como atividade o desenvolvimento de Ações de Proteção Social,
nas áreas da segurança social, da saúde, de ação social e promoção
da qualidade de vida.

* Chamada para rede fixa nacional

REGIÃO SUL



34.342
ASSOCIADOS



409

N.º de trabalhadores

14%

Associados com menos de 45 anos

29%

Associados entre 45 e 65 anos

57%

Associados com mais de 65 anos





📅 | 16 fevereiro de 1887

📍 | Travessa da Praça do Município, 5
2130-038 Benaventense

☎️ | 243 042 475*
935 827 412**

✉️ | asmbenaventense@gmail.com
geral@asmbenaventense.pt

🌐 | asmbenaventense.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS BENAVENTENSE

👥 332 Associados
4 Pessoas ao serviço
3 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Telma Patrícia
Rodrigues Dinis**

Celeste Cordeiro Rodrigues Dinis
Maria do Carmo Gaudêncio Costa
Joaquim José Ferreira Cachulo
Carlos Manuel Costa Travessa

CONSELHO FISCAL

Manuel Joaquim Carvalho
João Salvador Ricardo
João Fernando Crespo Martins

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria José Ferreira da Silva
Clara Maria Parracho Branco
Joaquim Oliveira Carvalho



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica^{332 subscrições}
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades^{N.Atos},
Medicina Geral e Familiar⁸⁷¹
Psicologia⁴⁰
Nutrição²
Homeopatia
Terapia da Fala
Terapia Ocupacional
Massagem Terapêutica³⁶
Massagem Ayurvédica
Yoga
Mental Club - Mindfulness



OUTRAS ATIVIDADES

Gabinete Digital
Espaço Cowork
Protocolos de Colaboração⁶

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



 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

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**José Vicente Costa
de Carvalho**

Augusto Vicente
Ana Paula da Silva Figueiredo Lúcio
Ana Maria Moreira Serra

CONSELHO FISCAL

Salvador de Carvalho Lúcio
Júlio Coromoto Soares da Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Isabel Maria Marques da Silva
Dulce Teresa Vieira São Pedro



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Apoio à Saúde
Assistência Médica e Enfermagem
Capital por morte (determinado)
Subsídio de Funeral



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação [2 Fogos + 2 Lojas]
Protocolos de Colaboração (os disponibilizados pela UMP)

** Chamada para rede móvel nacional

**ASM
ALIANÇA
MUTUALISTA**

 23 dezembro de 1849

 aliancamutualista@gmail.com

 Rua Cruz dos Poiais, 33
1200 Lisboa

 967 275 905**

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS ALIANÇA MUTUALISTA



80 Associados
1 Pessoa ao serviço
5 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Eunice
Gonçalves**

Rita Bento
Gonçalo Angeja
Anabela Oliveira
Leandro Pena

CONSELHO FISCAL

António Barros
José Cid
Carla Arantes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Sérgio Cintra
Sandra Rego
Jaime Oliveira



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e Medicamentosa



OUTRAS ATIVIDADES

**Habitação
Protocolos de Colaboração**

** Chamada para rede móvel nacional



📅 | 12 abril de 1872

📍 | Largo de São Cristóvão, 1,
1149-053 Lisboa

☎️ | 218 812 300*

✉️ | administracao@clinicasaocristovao.pt

🌐 | clinicasaocristovao.pt



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE EMPREGADOS NO COMÉRCIO DE LISBOA

👥 | 11 569 Associados
60 Média de idades
203 Pessoas ao serviço
80 Prestadores de serviços
120 Contratos sem termo
3 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Maria Isabel Silva
Alves Carvalho**

Pedro Miguel Gomes Figueiredo
Mafalda Maria Alvares Branquinho
Fernando Rosa Soares
António Manuel Silva Claro
Maria Isabel Garcia Costa
Tânia Filipa Germana Lázaro

CONSELHO FISCAL

Ruben José Flores Pires Gil
Carlos Alberto Bandeira Abreu
Rui Pedro da Silva Antunes Freire

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Ana Paula Pereira Berroões
Maria Helena Soares Matos Gil
Ana Lúcia Almeida Neves Paulino



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica

Subsídio de Funeral^{11193 subscrições}



SAÚDE

Clínica São Cristóvão

Especialidades^{N.Atos}: Estomatologia³⁵ | Medicina Dentária⁵⁸⁰¹

Cardiologia¹²⁶⁶ | Cirurgia vascular³⁶⁷ | Cirurgia plástica¹⁹⁵

Cirurgia vascular³⁶⁷ | Dermatologia¹²⁴² | Endocrinologia⁴⁶⁰

Gastroenterologia⁵⁶² | Ginecologia/Obstetria²⁵²⁰ | Fisiatria¹⁸²⁶

Medicina geral e familiar²⁸⁷⁶ | Medicina Interna⁵³¹³ | Oftalmologia²⁷⁵⁴

Ortopedia²⁰⁰³ | Otorrinolaringologia²⁰⁹⁴ | Pneumologia-Alergologia⁴³¹

Psiquiatria¹⁰⁵⁸ | Reumatologia³²² | Urologia¹²⁵⁷ | Cirurgia Geral⁴⁸⁴

Análises Clínicas^{53,662} | Pequena Cirurgia⁴⁵ | Audiologia²⁶⁵⁶

Acupuntura³⁰³ | Fisioterapia^{68,732} | Nutrição⁹⁵ | Psicologia Clínica⁷²⁹

Terapia da fala²⁹ | Podologia⁴⁸⁰ | Enfermagem²⁵³ | Próteses Dentárias⁴⁵¹

Medicina Geral¹⁴⁰¹ | Ortodontia¹⁰⁶



PROTEÇÃO SOCIAL

**Unidade de Cuidados Continuados Integrados
na Tipologia de Convalescença [22 utentes]**

Largo de São Cristóvão, nº 1, 1149-053 Lisboa | 218 813 314*
ucclinicasaocristovao@clinicasaocristovao.pt



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração

* Chamada para rede fixa nacional



📅 | 5 novembro de 1854

📍 | Rua da Palma, 237
1100-391 Lisboa

☎️ | 218 843 120*
966 621 334**

✉️ | ruapalma@asmeci.pt
asmeci@asmeci.org

🌐 | asmeci.pt

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DOS EMPREGADOS NO COMÉRCIO E INDÚSTRIA

👥 | 1953 Associados
56 Pessoas ao serviço
38 Contratos sem termo
18 Prestadores de serviços

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Joaquim António
Feliciano Machado**

António Arido Lopes Pereira
João Manuel Sousa Mendes Paixão

CONSELHO FISCAL

Bernardo Moreira Afonso de Castro
Artur Luís Neves
José Carlos Antunes Pereira

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Gustavo Clemente Leal Galvão
Vasco Pinto Sousa
Fernando Luís Mónica Fragoso



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica¹⁹⁶³ subscrições



SAÚDE

Centro Médico e de Diagnóstico

Especialidades^{N.Atos}: Enfermagem | Medicina Geral e Familiar¹⁵¹⁰
Alergologia | Cardiologia⁴⁸⁸ | Cirurgia Plástica¹¹⁰ | Dermatologia¹⁴²⁰
Fisiatria¹²¹¹ | Ginecologia¹⁴²¹ | Medicina Dentária¹²³³ | Neurocirurgia
Neurofisiologia | Oftalmologia¹⁵⁴⁰ | Ortopedia⁹⁶⁶ e Traumatologia
Psiquiatria²¹⁰ | Otorrinolaringologia⁹⁶⁸ | Pediatria | Pneumologia⁹⁷²
Psicologia | Urologia³²⁰ | Fisioterapia | Podologia | Neurologia¹²²⁰
Tratamentos de Enfermagem | Medicina Interna⁷⁶⁰ | Ecocardiograma
Electrocardiograma | Eletroencefalograma | Holter | Eco-Doppler
Endoscopia | Colonoscopia | Beleza e Bem-Estar
Acordos Fisioterapia | Análises Clínicas¹⁹⁸⁴



PROTEÇÃO SOCIAL

Estrutura Residencial para Pessoas Idosas - 33 utentes



OUTRAS ATIVIDADES

Acordos de Colaboração

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



 20. Março de 1914

 caixauxiliarestivadores@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
6 Pessoas ao serviço
1 Contrato sem termo
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

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

 213 470 552*
927 202 533**

 mcimutua1899@gmail.com

 montepioci.wixsite.com/montepioci

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

 213 943 282*
213 943 284*
213 943 288*

 mudip@mne.pt

 mudip.pt

MUDIP ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA DIPLOMÁTICA PORTUGUESA

 1372 Associados
59 Média de idades
4 Pessoas ao serviço
2 Prestadores de serviços
2 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Luís Filipe Mendonça
Cristina de Barros

Luiz José Moreira Silva Barreiros
João Nugent Ramos Pinto

CONSELHO FISCAL

Victor Manuel Lopes Gil
Maria Graça Queiroz Marques
Liliana Melo Mascarenhas Neto

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Joaquim José Ferreira Marques
João Carlos Leitão Batista
Alfredo Osório Leite Coelho



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência na Doença^{1372 subscrições}

Subsídio de Funeral^{1372 subscrições}

Pensão Complementar - Acidente



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração⁵



PERFIL

A MUDIP visa a concessão de benefícios de saúde aos seus associados, funcionários de Ministério de Negócios Estrangeiros pertencentes ao Quadro I, colocados nos serviços internos ou externos, bem como os seus familiares.

Os benefícios concedidos traduzem-se na comparticipação nas despesas efetuadas pelo Associado e respetivo agregado familiar.

* 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

🌐 | oporvir.pt

☎ | 218 852 065*

O PORVIR DA FAMÍLIA TELÉGRAFO POSTAL ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



9117 Associados
2 Pessoas ao serviço
15 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

**António José Banha
Capelinha**

António José Gouveia Duarte
Aurora da Liberdade Correia
Hernâni José Pereira Magalhães
Rui Alberto Santos Silva

CONSELHO FISCAL

António Manuel Silva Soares
Francisco António Gomes Borges
Maria Graciete Ribeiro Martins

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria Amélia Vieira Monteiro
Maria do Carmo Lemos Calado
Maria do Carmo Bravo Ruivo



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral^{9117 subscrições}



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração¹



PERFIL

Vocacionado para assegurar um subsídio às famílias dos Associados falecidos O Porvir foi idealizado por um grupo de funcionários dos correios e telégrafos e juntou à partida mais de 5000 assinaturas de Adesão.

A separação dos correios da Telecom e a escalada de aposentações originou a saída de muitos associados.

O Porvir tem sede própria na baixa de Lisboa, adquirida com donativos dos sócios e dos Conselhos de Administração dos CTT-Correios de Portugal e Portugal Telecom.

* Chamada para rede fixa 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
- 75 Média de idades
- 5 Pessoas ao serviço
- 4 Prestadores de serviços
- 1 Contrato a termo certo
- 10 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Jorge Carlos da Conceição
Cordeiro**

Maria José Ferreira Lopes Cláudio
Maria José Eiras Santos Teresa
Ermelinda Maria Nobre Elvas
António Alfredo Silva Santos

CONSELHO FISCAL

José António Matosa
Patrícia Alexandre Pereira
Ana Carolina Romão

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Carlos Moreira Cruz
Ercília da Silva Neves Veiga
Afonso Pedro Miranda



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência na Saúde¹²⁷



SAÚDE

Especialidades^{N.Atos}:
Fisioterapia⁷¹
Medicina Geral³⁴
Medicina Dentária⁷⁷
Oftalmologia⁷
Psicologia⁵⁰
Assistência Medicamentosa²⁵⁷
Cardiologia¹⁸



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Convívio [40 utentes]



OUTRAS ATIVIDADES

Ações Culturais e Recreativas⁴⁰
Aulas de Dança²⁰
Apoio Social à Comunidade⁴⁰
Ajudas Técnicas
Protocolos de Colaboração¹⁰

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



 4 outubro de 1894

 Rua Cândido dos Reis, 19
2970-724 Sesimbra

 asmarte.19@gmail.com

 212 233 088*
925 775 488**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS MARÍTIMA E TERRESTRE DA VILA DE SESIMBRA

 167 Associados
71 Média de idades

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

**Guilherme José
Chagas Rasteiro**

Domingos Macedo
Luís Crespo
Maria Susete Chanoca
Alberto Neto
Joaquim Aldeia
Carlos Coelho
José Manuel Lopes

CONSELHO FISCAL

António Manuel Simplício Ribeiro
João Pólvora
André Silva

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Laura Maria Pinto Bizarro
Luz Amigo
Ana Maria Cunha



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Subsídio de Funeral¹⁶⁷ subscrições



OUTRAS ATIVIDADES

Apoio Social à Comunidade
Ajudas Técnicas
Atividades Socioculturais e Gastronómicas
Ações Culturais e Recreativas¹⁶⁷
Protocolos de Colaboração¹⁴

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



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS SETUBALENSE

- 1970 Associados
- 47 Pessoas ao serviço
- 17 Prestadores de serviços
- 21 Contratos sem termo
- 9 Contratos a termo certo
- 20 Voluntários

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Fernando Jorge
de Oliveira Paulino**

Ricardo Trindade Pires Barbosa
Sandra Sofia Pinto da Costa
Acácio Rodrigo dos Santos Lopes
Rogério Filipe de Almeida

CONSELHO FISCAL

Paulo Alexandre da Cruz Lopes
Manuel Luís Batista Cruz
Maria Leonor Monteiro Augusto

MESA ASSEMBLEIA GERAL

David da Fonseca Martins
Fernando Ferreira Rocha Avelino
Ana Maria Basílio Monteiro

15 julho de 1888

Rua Major Afonso Pala, 63-67
2900-199 Setúbal

265 522 226*
932 335 682**
966 971 593**

geral@socorrosmutuos.pt

socorrosmutuos.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica e de Enfermagem
Assistência Medicamentosa
Solidariedade Associativa
Invalidez
Subsídio de Funeral



SAÚDE

Clínica

Especialidades^{N.Atos}: Enfermagem | Fisioterapia/Tratamentos⁵⁰⁰
Medicina Geral e Familiar⁸¹⁰ | Otorrinolaringologia³⁰⁰ | Oftalmologia¹¹¹
Cardiologia⁹⁶ | Reumatologia¹⁹² | Ginecologia Obstetrícia³⁸ | Urologia³⁰⁰
Alergologia Pulmonar⁵¹ | Medicina Dentária¹⁸⁵ | Fisiatria⁴⁸⁰
Ortopedia⁶⁰ | Psicologia³⁰ | Psiquiatria²² | Análises Clínicas⁴⁸⁰
Próteses Dentárias | Acordos Fisioterapia | Eletroterapia
Termoterapia | Laserterapia | Massagem | Aerossóis | Cinesioterapia
Respiratória | Ginástica Corretiva Postural | Reeducação Mecânica
Seniores em Movimento - Fisioterapia ao Domicílio | Neurologia²²
Exames Complementares de Diagnóstico



PROTEÇÃO SOCIAL

Centro de Dia [40 utentes] | Cantina Social
Serviço de Apoio Domiciliário [45 utentes]



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação [1 Fogo] | Loja Social¹⁰⁰ | Projetos de Voluntariado
Grupo de Cantares | Protocolos de Colaboração³¹

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



📅 | 15 outubro de 1926

📍 | Rua Nova, 10
7000-536 Évora

☎️ | 266 760 680*

✉️ | legado@mail.telepac.pt

🌐 | legadodocaixeiro.pt



LEGADO DO CAIXEIRO ALENTEJANO ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



1950 Associados
47 Pessoas ao serviço
34 Contratos sem termo
12 Contratos a termo certo
1 Outros

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Victor Manuel
Lázaro Godinho**

Renato Manuel Casco
Carlos Joaquim Bate-Pé
César Eduardo Santa Cruz
Manuel José Sezões

CONSELHO FISCAL

José Carlos Farias Calado
Ana Maria Barreto
Joaquim Manuel Gomes

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Sidónio Patrocínio Santos
Célia Conceição Vicente
Ernesto António Barreiros Maltês



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Vida Inteira^{442 subscrições}

Subsídio Misto^{312 subscrições}

Subsídio Repartido^{429 subscrições}



PROTEÇÃO SOCIAL

Área Social - Residência Apóstolos (ERPI) [32 utentes]

Estrada da Igrejinha Louredo, 7005-874 Évora

Centro de Dia; Estrutura Residencial para pessoas Idosas

266 760 270*

Serviço de Apoio Domiciliário [40 utentes]

Apoio Alimentar⁸

Creche [35 utentes]

Pré-Escolar [50 utentes]

266 741 133* | 925 765 748**



OUTRAS ATIVIDADES

Residência para Estudantes

Protocolos de Colaboração³⁰

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



O LEGADO DO OPERÁRIO DE ÉVORA ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA



2401 Associados
45 Média de idades
12 Pessoas ao serviço
6 Prestadores de serviços
5 Contratos sem termo
1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



Elza Maria Capucho de Mira Ferreira

Jorge Manuel Fernandes Gil
José Maria Louro Alves
Maria Santa Ana Anjinho Barriga
António Manuel Mourato Carrilho

CONSELHO FISCAL

Ana Cristina Chagas Leal Rosa
Maria Graça Froes David
Vanessa Pisco Martins

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Filipa Cristina Marques Cachapa
Álvaro Filipe Pereira Lancinha
Júlio Constantino Coincas



17 julho de 1927



Rua João de Deus, 25
7000-534 Évora



266 702 353*



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



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica¹⁰¹⁰ subscrições

Prazo Fixo¹⁹ subscrições

Prazo Certo⁸³⁹ subscrições

Poupança Juventude⁷¹ subscrições

Dupla Reforma²¹ subscrições

Vida Inteira⁴⁴⁴ subscrições



SAÚDE

Clínica São João de Deus

Especialidades^{N.Atos}:

Medicina Geral e Familiar¹⁷²

Medicina Dentária¹⁰²⁸

Ortodontia²⁴⁷

Próteses Dentárias⁷⁶

Psicologia⁷²

Psiquiatria²⁰⁰

Osteopatia³⁸

Acordos MCDT

266 707 189*



OUTRAS ATIVIDADES

Habitação [Bairro do Legado Operário - 86 Moradias] + 10 Apartamentos
Galeria de Artes

* Chamada para rede fixa nacional



 3 setembro de 1856

 Rua do Montepio, 12
8000-300 Faro

 associacaoartistas@sapo.pt
farmaciamentepiofaro@sapo.pt

 289 824 440*
969 602 156**



ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS “PROTECTORA DOS ARTISTAS” DE FARO



1 309 Associados
8 Pessoas ao serviço
8 Contratos sem termo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**João Filipe
Cardoso Esteves**

Arsénio João Sousa Valério
Anselmo de Jesus Nunes Correia
Hélder Martinho Rodrigues Silva
Fernanda Maria Tomé Jacinto

CONSELHO FISCAL

Rosa Maria Vaz Pereira
Armindo Manuel Neves Nobre
Maria José Fernandes Brito

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Joaquim Eduardo Teixeira
Valdemar Custódio Sousa Jacinto
Hilário Manuel Bexiga André



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Medicamentosa^{1309 subscrições}
Subsídio de Funeral^{527 subscrições}



SAÚDE

Farmácia:

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

Administração de Vacinas⁸⁹⁶

Check Saúde Glicemia¹⁹¹

Testes Covid²⁰

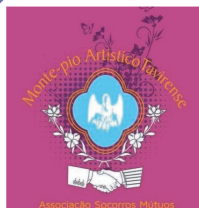


OUTRAS ATIVIDADES

Habitação

Protocolos de Colaboração²

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



MONTE-PIO ARTÍSTICO TAVIRENSE ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS

-  1 330 Associados
- 32 Pessoas ao serviço
- 20 Prestadores de serviços
- 11 Contratos sem termo
- 1 Contrato a termo certo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO



**Isabel Maria
Pires de Sousa**

Maria Isabel Carranquinha
Vitor Fernandes Barros Peres
Sara Maria Franco Faria

CONSELHO FISCAL

Paulo Jorge Reis
Helder Eurico Gomes Micaelo
Augusta Maria Assis Matos

MESA ASSEMBLEIA GERAL

Maria José de Sousa Martins
Miguel de Jesus da Mota
Pedro Rafael de Oliveira Ferreira

 20 dezembro 1857

 Rua Tenente Couto, 4
8800-379 Tavira

 281 327 125*
964 890 030**

 montepioartisticotav@sapo.pt

 monte-pioartistico.pt



PREVIDÊNCIA SOCIAL

Assistência Médica^{1036 subscrições}

Assistência Medicamentosa^{1036 subscrições}



SAÚDE

Clínica

Avenida Dr. Mateus Teixeira de Azevedo, 5

Especialidades^{N.Atos}:

Medicina Geral e Familiar⁸⁰

Medicina Tradicional Chinesa⁷⁰

Fisioterapia⁸⁰

Psicologia⁴⁵⁰

Nutrição

Podologia²⁵⁰

Osteopatia¹⁰⁰

Massagens⁸⁰

Psicoterapia⁵²⁰

Homeopatia

Terapia da Fala

Acupuntura¹²⁰

Gastrenterologia (exames endoscópicos)³⁵⁰⁰

Terapias Complementares

Análises Clínicas¹⁵⁰⁰

Acordos MCDT

Farmácia:

Avenida Dr. Mateus Teixeira de Azevedo, 1 | 281 325 846**



OUTRAS ATIVIDADES

Protocolos de Colaboração³⁰

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

ACORDOS DE COOPERAÇÃO



FORMAS DIFERENTES DE GERAR VALOR
PARA AS MUTUALIDADES E OS SEUS ASSOCIADOS

O VALOR DAS PARCERIAS NO MUTUALISMO

As parcerias são fundamentais no fortalecimento do mutualismo. A União das Mutualidades Portuguesas tem ampliado a rede de parceiros, públicos e privados, que oferecem vantagens e descontos exclusivos para as associações mutualistas, os seus associados e colaboradores.

Descubra nas páginas seguintes todos os protocolos em vigor e consulte os detalhes de cada benefício no site da UMP, www.mutualismo.pt.

Explore as oportunidades e saiba como usufruir de todas as vantagens disponíveis.



ALOJAMENTO

📍 | Rua Jau, 54, 1300-314 Lisboa, Portugal

✉ | guest@pestana.com

🌐 | pestana.com/pt

☎ | 210 158 100*

CONDIÇÕES

Este protocolo tem como objetivo proporcionar condições privilegiadas aos associados e colaboradores das associações mutualistas filiadas na UMP, para estadias de lazer e acesso aos serviços do Grupo Pestana.

Entre as condições oferecidas destacam-se descontos de 15% em estadias, tratamentos MagicSpa e no check-in antecipado ou check-out tardio (mediante disponibilidade), bem como 10% de desconto em bares, restaurantes e vouchers de estadia.



ALOJAMENTO

📍 | 212, Av. Liberdade, 4410-154, São Félix da Marinha

✉ | reservashotel@solverde.pt

🌐 | gruposolverde.pt

☎ | 227 335 500*

CONDIÇÕES

O protocolo com o Grupo Solverde proporciona vantagens exclusivas para associações mutualistas e seus associados. Entre as condições estão descontos de 15% em alojamento e 10% em tratamentos de spa nos hotéis Algarve Casino, Solverde Spa & Wellness Center, Casino Chaves e Apartamento Solverde.

As reservas devem ser realizadas previamente, mencionando a associação mutualista no ato da reserva, e estão sujeitas à disponibilidade. No momento do check-in, será necessário apresentar um comprovativo de associação, como um cartão válido.

* Chamada para rede fixa nacional



ALOJAMENTO

✉ | housing.mutpt@inlifehousing.com

🌐 | inlifehousing.com

CONDIÇÕES

A Plataforma Inlife oferece um espaço online que permite aos utilizadores publicar, oferecer, pesquisar, visitar e reservar alojamento. Com uma abordagem completamente inovadora – através de videochamadas em tempo real – e vários produtos digitais disruptivos – encontrar e reservar uma nova casa com a Inlife torna-se uma experiência muito especial.

- 10% de desconto em todas as taxas de reserva;
- Apoio a visitas presenciais e por videochamada em direto, sem custos;
- Um gerente de parceria dedicado;
- Para obter o código de desconto contacte a sua associação.



SISTEMAS DE INFORMAÇÃO

CONDIÇÕES

O Balcão Único do Prédio (BUPi) é uma plataforma que visa simplificar o registo e a identificação de propriedades rústicas e urbanas em Portugal.

No âmbito deste protocolo, a BUPi compromete-se a disponibilizar recursos técnicos e colaborativos para ampliar o conhecimento sobre os seus serviços, fomentando a sua implementação na sociedade civil.

odisseias

OUTROS

 | odisseias.com

CONDIÇÕES

O presente desconto aplica-se aos colaboradores e associados das filiadas da UMP:

- 10% de desconto Válido na compra de Packs, exclusivo no site;
- Não acumulável com outros descontos ou códigos promocionais;
- Desconto válido mediante a aplicação do código promocional;
- Código válido exclusivamente para compras de particulares.

 MediCapilar
TRANSPLANTES CAPILARES

TRATAMENTO CAPILAR

 | 800 210 197

 | www.medicapilar.pt

CONDIÇÕES

MediCapilar compromete-se a conceder a todos os associados das filiadas da UMP e funcionários da UMP:

- 20% em todos os serviços de transplante/tratamentos capilares;
- Oferta da primeira consulta de avaliação (90€);
- Oferta de 4 consultas pós-operatório (400€);
- Oferta da 1ª lavagem pós-transplante capilar (50€).

Para usufruir dos descontos mencionados, deverá requerer o link junto da sua Associação Mutualista, onde deverá preencher os campos apresentados para a marcação de uma consulta de avaliação grátis.

* Chamada para rede fixa nacional



Miroma

SERVIÇOS

📍 | Travessa Alferes Malheiro 99,
4.º tras. | 4000-060 Porto

✉ | comercial@miroma.pt

🌐 | miroma.pt

☎ | 222 061 585*

CONDIÇÕES

Com mais de 30 anos de experiência, a MIROMA atua nas áreas de contratação pública eletrónica, tecnologias da informação e consultoria.

A MIROMA assume o compromisso de disponibilizar a sua plataforma – ComprasPT – a um valor fixo de 380,00€ + IVA, por entidade e pelo período de um ano. Este valor inclui os custos da subscrição anual, da configuração/parametrização da plataforma, o acesso a todas as funcionalidades, o serviço de apoio técnico e selos temporais ilimitados para as entidades adjudicantes.



TRANSPORTE

✉ | comercial@opsolutions.pt

🌐 | opsolutions.pt

☎ | 234 529 460*

CONDIÇÕES

A OpSolutions dedica-se à transformação de viaturas – ambulâncias, unidades móveis, auto-oficinas, viaturas de apoio domiciliário, viaturas de ordem pública; comercialização de equipamentos de saúde – monitores de sinais vitais, DAE's, manequins de SBV, consumíveis; Âmbito Social – Marmitas, caixas térmicas, sacos ou cestos de transportes.

Oferece 5% de desconto em:

- Viaturas;
- Transformação de viaturas;
- Equipamentos e Acessórios para viaturas;
- EPI's.



ALDEAMENTO

🌐 | 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

🌐 | 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, nº 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

* Chamada para rede fixa nacional



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

🌐 | 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.

* Chamada para rede fixa nacional



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.



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 Portuguesas e seus associados beneficiam das seguintes condições especiais nas Termas de São Jorge:

- 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.

* Chamada para rede fixa nacional



SERVIÇOS DE ENERGIA

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

✉ | info@ewen-energy.com

🌐 | 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

🌐 | 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€

* Chamada para rede fixa nacional



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).

Moneytree, Lda

We handle your tree...

CONSULTADORIA

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

✉ | moneytree.lida@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).

2030
CONSULTING

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.

* Chamada para rede fixa nacional



CONSULTADORIA

✉ | info@companhiapropriaportugal.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).



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.



CONSULTADORIA

📍 | Rua Prof. João Araújo Costa 68, 2.º D.to,
Vieira do Minho, Portugal

✉ | medical@creativeadvisorgroup.pt

🌐 | creativeadvisorgroup.com

☎ | 933 559 101**

CONDIÇÕES

10% de desconto direto na fatura do cliente, sobre o valor líquido, nos serviços PACK MEDICAL & DO GO. As condições apresentadas neste protocolo não serão aplicáveis aos clientes que, até à data do mesmo, ou em data anterior, já fossem ou tivessem sido, Clientes da Creative Medical Advisor.



ATUARIADO

📍 | Rua Orfeão do Porto 240 3C
4150-798 Porto

✉ | pedro.barbosa@peb4you.com

🌐 | peb4you.com

☎ | 913 401 648**

CONDIÇÕES

Os serviços atuariais prestados são os seguintes:

- Estudos das modalidades de benefícios cujos 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 as respetivas condições de equilíbrio financeiro das modalidades associativas.

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



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

🌐 | 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); Arco-pédico (calçado); Orliman e Teyder (material desportivo); e Pedag (palmilhas ortopédicas);
- 10% de desconto em todos os restantes produtos e/ou equipamentos;
- 20% de 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.

* Chamada para rede fixa nacional



**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

* Chamada para rede fixa nacional

FAÇA PARTE DA NOSSA REDE DE PARCERIAS

Entre em contacto connosco.



PARCEIROS INSTITUCIONAIS



GOVERNO DE PORTUGAL

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



The background of the advertisement is a full-page photograph showing the silhouettes of a family of four against a vibrant sunset sky. The father is on the left, holding a young child on his shoulders with both arms raised. A young girl stands in the center, holding hands with both parents. The mother is on the right. They are standing on a grassy hill. The sky is a mix of orange, yellow, and blue, with some clouds. Tree branches are visible in the upper right corner.

**SEMPRE A SEU LADO,
DA INFÂNCIA À VELHICE**

Com os Portugueses desde 1176.

WWW.MUTUALISMO.PT



MUTUALISMO
EM MOVIMENTO



Cofinanciado pela
União Europeia