



Familiar de Espinho
ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

CATÁLOGO DE BENEFÍCIOS

2022

Janeiro

S	T	Q	Q	S	S	D
					F	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Fevereiro

S	T	Q	Q	S	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Março

S	T	Q	Q	S	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Abril

S	T	Q	Q	S	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	F	16	F
18	19	20	21	22	23	24
F	26	27	28	29	30	

Mai

S	T	Q	Q	S	S	D
					F	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Junho

S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9		11	12
13	14	15	F	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Julho

S	T	Q	Q	S	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Agosto

S	T	Q	Q	S	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
F	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Setembro

S	T	Q	Q	S	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Outubro

S	T	Q	Q	S	S	D
					1	2
3	4	F	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Novembro

S	T	Q	Q	S	S	D
	F	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Dezembro

S	T	Q	Q	S	S	D
			F	2	3	4
5	6	7	F	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	F
26	27	28	29	30	31	

ÍNDICE

- 02 Uma Mutualidade de Vantagens**
- 04 Sócios e Modalidades**
- 06 Acordos de Cooperação**
 - 06 Consultas Jurídicas**
 - 06 Ópticas**
 - 08 Especialidades Médicas**
 - 08 Clínicas Médicas**
- 10 Lojas de Animais e Veterinárias**
- 11 Piscinas**
- 11 Ginásios**
- 12 Centro de Estudos**
- 12 Livrarias**
- 12 Protocolo GALP+**
- 12 Protocolo Mutual IN**



UMA MUTUALIDADE DE VANTAGENS

QUEM SOMOS

As nossas parcerias e valências

A Associação Mutualista Familiar de Espinho nasceu a 25 de Fevereiro de 1894 e hoje em dia conta com mais de 4.000 associados, mas tal como no passado, a sua existência deve-se a quotização e contribuição dos seus associados, receita que permite retribuir com melhores serviços complementares de Segurança Social. Nomeadamente com a oferta de um Subsídio Fúnebre, de uma Clínica de Saúde e de uma Farmácia.



PARCERIAS

Ao se tornar sócio vai passar a ter acesso a inúmeros descontos nas mais diversas parcerias que temos para lhe oferecer.

CLÍNICA

É com muito orgulho que na nossa sede possuímos uma clínica completa que oferece aos nossos associados diversos serviços de saúde. Brevemente iremos expandir a Clínica passando a oferecer um espaço de Fisioterapia.

FARMÁCIA

A Associação também possui na sua sede uma Farmácia, com horário alargado para os seus associados e familiares, sempre com um atendimento de excelência.



Até
10%
DESCONTO*

SER SÓCIO

AINDA NÃO É ASSOCIADO DA FAMILIAR DE ESPINHO?

CUSTA TÃO POUCO FAZER PARTE DESTA FAMÍLIA, BASTA QUE NOS FAÇA UMA VISITA E PREENCHA O FORMULÁRIO DE FORMA A TORNAR-SE SÓCIO.

TUDO ISTO POR UMA QUOTA MENSAL 2€ MÉDICA E MEDICAMENTOSA OU 2,5€ COM SUBSÍDIO DE FUNERAL.

***EM TODA A GAMA DE PRODUTOS E MEDICAMENTOS NA FARMÁCIA FAMILIAR.**



MODALIDADES



Modalidades de Associados



Médica Medicamentosa + Subsídio de Funeral



Médica Medicamentosa

Acesso Medicamentos a Preços Mutualistas	✓	✓
Acesso Serviços Farmacêuticos	✓	✓
Desc. até 10% Produtos e Medicamentos	✓	✓
Acesso Serviços Clínicos	✓	✓
Descontos em Parceiros	✓	✓
Subsídio de Funeral	✓	

Quota	2,50€/Mês	2€/Mês
--------------	------------------	---------------

* 1ª Modalidade apenas disponível para pessoas com idade < 55 anos.

ACORDOS DE COOPERAÇÃO

A Familiar de Espinho, mantém uma vasta gama de serviços fruto de parcerias com entidades que visam assegurar o conforto e a qualidade de vida dos seus Associados.

Estes acordos extra estatutos Mutualistas procuram servir o bem estar dos associados sempre com o melhores descontos possíveis. Fique a conhecer aqui os nossos acordos e as suas vantagens:

CONSULTAS JURÍDICAS

ESCRITÓRIO DE ADVOGADOS- César Sousa

Av. da República, nº 2491, 7º EF, Sala 72, 4430-208- Vila Nova de Gaia

Av. da Praia, nº 24, 3º B, 3885 Esmoriz
933 413 274

c.sousa-8495p@adv.oa.pt

-Consulta verbal- 45€.

-Desconto de 10% nos restantes serviços tabelados.

ESCRITÓRIOS DE ADVOGADOS- Paulo Torres

Rua 19, nº 224, 1º Esq., 4500-255- Espinho

Av. da Boavista, nº2121- 4º- S, 407, 4100-130- Porto
226 073 780

paulo.torres@mna.pt

Consulta verbal- 50€

-Desconto de 10% nos restantes serviços tabelados.

ÓPTICAS

ÓPTICA DE ESPINHO

Rua 23, nº 850, 4500-000- Espinho

227 324 359 / 911 859 373

geral@opticadeespinho.com

-Descontos de 20% em Óculos Graduados (Aros e Lentes).

-Descontos de 15% em Óculos de Sol.

-Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.

PRISMÓTICA

Rua 23, nº 359, 4500- 000- Espinho

227 311 144/ 912 224 484

geral@prismoptica.pt

- Descontos de 20% em Óculos Graduados (Aros e Lentes).
- Desconto de 15% em Óculos de Sol e Lentes de Contacto.
- Consultas de Oftalmologia a 45€.
- Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.
- Consultas de Optometria e Contactologia gratuitas.

SABINO OCULISTA-ÓPTICA MÉDICA

Rua 8, nº 587, 4500- 370- Espinho

227 340 764

geral@sabinooculista.pt

- Desconto de 25% em Óculos Graduados (aros e Lentes).
- Desconto de 15% em Lentes de Contacto e Óculos de Sol.
- Consultas de Oftalmologia a 40€..
- Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.

CENTRO ÓPTICO DE ESPINHO

Rua 20, nº 584, 4500-265- Espinho

227 319 999

- Desconto de 25% em Óculos Graduados (Aros e Lentes).
- Desconto de 10% em Óculos de Sol, Lentes de contacto e produtos de manutenção.
- Consultas de Oftalmologia com médicos credenciados a preços especiais.
- Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.
- Consultas de Optometria e Contactologia a 15€.

ÓPTICA DE ESMORIZ

Rua dos Bombeiros Voluntários, nº108/110, 3885-518 Esmoriz

256 751 070 / 911 859 373

- Descontos de 20% em Óculos Graduados (Aros e Lentes).
- Descontos de 15% em Óculos de Sol.
- Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.

ÓPTICA MÉDICA DO CEDRO

Rua do Cedro, nº 415, 4535- 198- Mozelos

227 644 411

opticamedicacedro@gmail.com

- Descontos de 20% em Óculos Graduados (Aros e Lentes).
- Descontos de 10% em Óculos de Sol.
- Consultas de Oftalmologia a 40€.
- Testes de visão gratuitos, arranjos e soldas.

MULTIÓPTICAS

Rua 19, nº 390, 4500- 258- Espinho

227 326 539

espinho@multivista.pt

-Desconto de 15% em qualquer produto óptico.

ESPECIALIDADES MÉDICAS

DR. ROGÉRIO RAMOS – MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Rua 8, nº 381, 2º Dto. 4500-153- Espinho

966 222 159

rogeriocrp@gmail.com

-Desconto de 25% em todas as consultas.

DR. JOSÉ ANTÓNIO A. PINTO- Especialista em Reumatologia

Rua de Cedofeita nº 11 1º trás 4050-177 Porto

222 080 047 / 969 115 895

araujopintojose@sapo.pt

-Desconto de 50% no valor da 1ª consulta.

DR. JOSÉ ROCHA – HOMEOPATIA - NATUROLOGISTA

Rua de Camões, 449 2º esquerdo frente 4000-147 Porto

919 470 194

joserocha243@gmail.com

-Valor da consulta – 30€.

-.Disponibilidade de consulta na nossa clinica.

CLÍNICAS MÉDICAS

CENTRO MÉDICO A. SÃO FRANCISCO DE ASSIS- ANTA

Rua Tuna Musical, nº 987, 4500- 054- Anta

227 340 103

geral@associacaoanta.com

-Tabela especial para os nossos associados.

CLÍNICA NOSSA SENHORA DA SAÚDE- Medicina Física e de Reabilitação

Av. Dr. Moreira Sousa, nº 1041, 1º, loja 18, 4415-384 Pedroso

227 836 768

helenafreitas@clinicsaude2.pt

-Descontos de 15% nas Consultas pela tabela - Medicina Física e de Reabilitação Particular.

-Descontos de 10% nos Tratamentos pela tabela a Particular.

EPOPEIA DIDÁTICA- Mais Domus- Cuidados de Saúde ao Domicílio

Estrada Nacional nº1, nº 927, 1º Direito, 4505-007- Argoncilhe
227 663 967 / 913 391 805

geral@maisdomus.pt

-Desconto de 10% em todos os serviços.

ESPIMAR – Clinica-Médico Cirurgia Lda.

Rua 12 nº 804, 4500-230- Espinho

227 342 695 / 918 697 047

espimarclinica@hotmail.com

-Desconto de 25% sobre a tabela de preços.

GABINETE DE APOIO E CONSULTADORIA SHT (Segurança Higiene Trabalho)

Rua Pátio do Marquês, nº 2, 3880- 251- Ovar

932 512 008

carlosmco@sapo.pt

-Sendo associado, paga 10€, por trabalhador, por ano.

UNILABS PORTUGAL

222 401 401 / 220 125 001

Salas GRE Espinho, Santa Maria da Feira, Porto, Krug Noronha, Campos Costa, LAP.

-Desconto de 15% sobre a tabela particular para Imagiologia, Análises Clínicas, Cardiologia e Anatomia Patológica.

NATYCARE UNIPESSOAL, LDA.- Apoio Domiciliário

Rua 22, nº364, 4500-273- Espinho

224 950 800

geral@natycare.pt

-Desconto de 5% em todos os serviços de Apoio Domiciliário.

-Desconto de 5% em serviços de Enfermagem.

-Desconto de 5% em produtos de Incontinência da marca AMD.

-Desconto de 25% em equipas de rua.

-Desconto de 50% em serviços permanentes limpeza (8h00 as 20h00).

DEPILCONCEPT/ BODYCONCEPT

Rua 32, nº 579, 4500-190- Espinho

934 352 641/ 934 352 640

espinho@depilconcept.pt

-40% de desconto nos Pacotes de 10 ou mais sessões de Fotodepilação IPL.

-15% de desconto em serviços, Permanente e Pintura de Pestanas; Alisamento de Sobrancelhas.

CIRCLETEC - TELLOCARE - Plataforma teleconsultas

Rua Instituto Pedro Nunes, Ed. C, 3030-199- Coimbra

239 700 300 / 925 451 510

info@circletec.pt / dimitar.kokov@circletec.pt

-Desconto de 5% em todas as Teleconsultas.

AUDIOZEN - Reabilitação Auditiva

Av. Meneres, nº 234, bloco 2, 3º Dto, traseira, 4450-189

Matosinhos

926 396 668

geral.audiozen@gmail.com

-Preços especiais em todos os seus serviços.

-Rastreio Gratuito.

AUDIÇÃO ACTIVA

Estrada senhora Da Hora, nº 41 A, 8005-147 Faro

800 913 205

www.AudicaoAtiva.pt

Os nossos associados beneficiam em pagamento a pronto:

-20% Quando adquirido um aparelho auditivo e 50 % no segundo aparelho auditivo.

Em pagamento a prestações:

-Máximo de 24 prestações: 10% Quando adquirido um aparelho auditivo e 50% no segundo aparelho auditivo.

-Avaliação gratuita do aparelho auditivo.

-Assistência gratuita e vitalícia aos aparelhos auditivos (adquiridos na Audição Activa).

LOJAS DE ANIMAIS E VETERINÁRIAS

Joka Pet Store

Rua 14 Nº 656, 4500-232 Espinho

926 728 221

seravat35@gmail.com

Desconto de 8% em todos os produtos e serviços.

SPORTFISH – Loja de Animais de estimação aquáticos.

RUA 25 N 351, 4500-281 ESPINHO

930 556 187 – spot25fish@gmail.com

Os benefícios a atribuir serão 10% desconto em produtos e serviços.

MORDOMIA - Clínica Veterinária

Rua 25 nº 355, 4500-281 Espinho

916 514 893 / 223 265 745

mordomia.petvet@gmail.com

- Desconto de 10% em serviços clínicos.
- Desconto de 10% nos restantes serviços e produtos (Educação canina, banhos e tosquias).

PISCINAS

PISCINA MUNICIPAL DE ESPINHO

Av. 32, 4500-138- Espinho

227 343 342

piscina.municipal@cm-espinho.pt

- Desconto de 25% nas mensalidades de todas as aulas.

BALNEÁRIO MARINHO DE ESPINHO

Rua 6, nº 278, 4500-474- Espinho

227 344 179

balneario.marinho@cm-espinho.pt

- Desconto de 25% nas mensalidades de todas as aulas.

GINÁSIOS

GINÁSIO PROGRESSO FITNESS

Rua 33, nº 232, 4500-670- Espinho

916 462 782

geral@progressofa.com

- Joia de Inscrição gratuita.
- Mensalidade Livre: 39,99 euros passa para 34.99€.

ACADEMIA 20

Rua 20, nº 2394, 4500- 670- Espinho

963 109 171

geral@academia20.pt

- Joia de Inscrição gratuita (valor 50€).
- Oferta 1º Mensalidade do seguro anual (valor 15€).

ACADEMIA WE FIGHT

Rua 15, Nº 691 4500-163- Espinho

221 450 950

academiawefight@gmail.com

- Desconto de 10% em toda a sua tabela de preços.

CENTRO DE ESTUDOS

LANCASTER COLLEGE

Rua 33 nº 905, 4500-315 Espinho
227 323 201 / 938 191 466

-Descontos especiais em todos os seus serviços.

ACADEMIA DOS + Educação e Formação

Rua 37 nº 348, 4500-331 Espinho
221 134 862

educacao@academiadosmais.pt

-Desconto 50% de desconto na inscrição (25€) (inclui seguro, kit escolar e um pequeno lanche).

-10 % de desconto nas mensalidades e restantes serviços.

LIVRARIAS

LIVRARIA E PAPELARIA ABC

Rua 19, nº 182, 4500- 255- Espinho
227 340 099

abcespinho@gmail.com

-Desconto de 10% em todos os artigos à exceção de livros escolares.

PROTOCOLO GALP+

-Descontos em combustíveis EVOLOGIC;
-Adesão ao cartão no balcão da associação.

PROTOCOLO MUTUAL IN

Os Associados da AMSM podem aceder aos serviços de Saúde das Mutualidades que subscreveram o protocolo Mutual IN, a preços reduzidos.

- Serviços de Saúde para Mutualistas!
- Oferta integrada de norte a sul do país!
- Saúde a preços realmente Mutualistas!

- Mais e melhor saúde!

Visite o portal www.mutualin.pt e usufrua das vantagens Mutual IN, de norte a sul do país.

Janeiro

S	T	Q	Q	S	S	D
						F
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Fevereiro

S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Março

S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Abril

S	T	Q	Q	S	S	D
					1	2
3	4	5	6	FF	8	
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	F	26	27	28	29	30

Maiο

S	T	Q	Q	S	S	D
F	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Junho

S	T	Q	Q	S	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	F	9	F	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Julho

S	T	Q	Q	S	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Agosto

S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	F	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Setembro

S	T	Q	Q	S	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Outubro

S	T	Q	Q	S	S	D
						1
2	3	4	F	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Novembro

S	T	Q	Q	S	S	D
		FF	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Dezembro

S	T	Q	Q	S	S	D
					2	3
4	5	6	7	F	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
F	26	27	28	29	30	31

2023



Clinica
Familiar



Farmácia
Familiar



Familiar de Espinho

- 🕒 9h-13h 14h-18h Seg a Sex
- 📍 Rua 22, nº 327, 4500-273 Espinho
- 🌐 FamiliardeEspinho.pt
- ☎ 227 341 570
- 📞 937 531 341

Farmácia Familiar

- 🕒 8.30h-21h Seg A Sex 9h-20h Sáb
- 📍 Rua 22, nº 327, 4500-273 Espinho
- 🌐 FarmaciaFamiliar.pt
- ☎ 227 311 146
- 📞 967 621 486

Clínica Familiar

- 🕒 8.30h-21h Seg A Sex 9h-20h Sáb
- 📍 Rua 22, nº 327, 4500-273 Espinho
- 🌐 ClinicaFamiliar.pt
- ☎ 227 329 356
- 📞 966 590 204