



EXERCÍCIO 2026

**PLANO DE
AÇÃO E
ORÇAMENTO**



Nutrimos a saúde e a felicidade do ser humano, solidariamente!



Índice

1-	ENQUADRAMENTO	4
2-	OBJETIVOS ESTRATÉGICOS.....	4
3-	OBJETIVOS OPERACIONAIS.....	5
4-	CLÍNICA AMUT' SAÚDE.....	6
5-	ATIVIDADES DE NATUREZA SOCIAL E DE SOLIDARIEDADE	8
5.1.	ENCONTROS DE SABEDORIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL.....	9
5.2.	AMUT'CAMINHANDO E TURISMO SOCIAL	10
5.3.	GABINETE DE INOVAÇÃO E PROJETOS	11
5.4.	AMUT'AJUDA – CENTRO DE AJUDAS TÉCNICAS.....	12
5.5.	AMUT'NATURA: PROMOÇÃO DE SAÚDE E BEM-ESTAR.....	13
6-	A CASA POUSIO.....	13
7-	NOTAS FINAIS	14
ANEXOS	15	
	Anexo I – Conta de Exploração Previsional para o Exercício 2026.....	15
PARECER DO CONSELHO FISCAL	17	

Estimados(as) Associados(as),

Para cumprimento do disposto na alínea b) do nº1 do artigo n.º 35º dos Estatutos da *AMUT - Associação Mutualista de Gondomar*, o Conselho de Administração tem a honra de submeter à V/ apreciação e votação o *Programa de Ação e Orçamento para o Exercício de 2026*, documento este acompanhado pelo Parecer do Conselho Fiscal.

1- ENQUADRAMENTO

A AMUT – Associação Mutualista de Gondomar apresenta seu Programa de Ação e Orçamento para 2026, continuando seu compromisso com a concessão de benefícios de Segurança Social e de Saúde, conforme estabelecido no Artigo 2.º dos Estatutos. Estes benefícios visam prevenir riscos relacionados com a saúde dos Associados e suas famílias.

Além dos benefícios principais, a Associação prosseguirá objetivos adicionais de proteção social, como detalhado nos Artigos 3.º e 4.º dos Estatutos. Estes incluem a assistência na saúde, assistência medicamentosa e produtos de apoio, regimes profissionais complementares dos regimes de segurança social; a organização e gestão de equipamentos e serviços de apoio social, o contributo para resolução de problemas habitacionais, e a organização de ações de formação profissional, no sentido de promover a qualidade de vida e cidadania dos Associados e de suas famílias. A AMUT pode criar estruturas dependentes e realizar investimentos para apoiar estes objetivos, garantindo que os rendimentos sejam usados exclusivamente para seus fins estatutários.

Este plano reflete o empenho do Conselho de Administração em garantir a sustentabilidade e um desenvolvimento alinhado com os objetivos da Associação.

2- OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

A AMUT, através do seu Conselho de Administração, propõe para 2026 um conjunto de objetivos estratégicos com foco na inovação, diversificação e sustentabilidade:

- 1. Sustentabilidade das modalidades de benefícios com comparticipação de despesas de saúde:**
Implementar sistemas de fiscalização das despesas apresentadas por forma a garantir a aplicação do constante no Regulamento de Benefícios.
- 2. Lançamento da Modalidade de Saúde e Bem Estar:** Esta nova modalidade visa alargar a base associativa e diversificar as fontes de financiamento. Dirige-se a quem pretende usufruir de benefícios em saúde, formações, turismo social e produtos de bem-estar, promovendo uma abordagem integrativa e comunitária da saúde.

3. **Casa do Pousio:** Iniciar a construção da "Casa do Pousio", focada em habitação colaborativa intergeracional para a promoção da saúde integral.
4. **Fontes de Financiamento e Apoios:** Concretizar candidaturas a fundos públicos e privados, implementar campanhas de angariação de associados e desenvolver parcerias estratégicas, para alcançar os objetivos da AMUT e simultaneamente gerar novas fontes de receita.
5. **Parcerias e Protocolos:** Expandir a rede de parcerias e protocolos, para fortalecer o propósito da AMUT.
6. **Sistema de Avaliação de Impacto:** Criar um modelo de avaliação de impacto do seguro de saúde e das diversas atividades, implementando melhorias com base nos resultados.

Os objetivos estratégicos cobrem uma gama ampla de iniciativas para o desenvolvimento e sustentabilidade da Associação, refletindo o compromisso com a inovação, os eixos estratégicos, a diversificação das fontes de receita, o fortalecimento de parcerias e a melhoria contínua dos serviços.

3- OBJETIVOS OPERACIONAIS

Relativamente aos objetivos operacionais, para o ano de 2025, pretende-se:

1. **Regulamento de Benefícios:** Implementar as atualizações ao Regulamento de Benefícios, no sistema de gestão.
2. **Otimizar os processos de Gestão:** Reforçar a implementação de metodologias inovadoras para melhorar a eficiência na gestão dos recursos materiais e humanos da AMUT.
3. **Digitalização e automatização documental nos processos administrativos:** Implementar processos de digitalização automatizados, sistemas de gestão e proteção documental com classificação e indexação apoiados na Inteligência Artificial (AI), promovendo a redução do tempo médio de execução dos processos e aumentando a percentagem da documentação digitalizada.
4. **Cumprimento de Prazos:** Continuar a assegurar o pagamento das comparticipações de despesas de saúde dentro do prazo estipulado.
5. **Inquéritos de Satisfação:** Realizar inquéritos de satisfação regulares, quer para os recursos internos quer para as atividades realizadas, operacionalizando os resultados para impulsionar melhorias contínuas e promover a inovação.
6. **Qualidade na Clínica AMUT' Saúde e Loja AMUT' Natura:** Garantir a qualidade dos serviços prestados na Clínica AMUT'Saúde e na Loja AMUT'Natura.

7. **Programas de Turismo de Saúde e Natureza:** Continuar a implementar o plano anual de AMUT' Caminhando e dinamizar um programa regular de banhos-de-floresta.
8. **Laboratório de competências para a Saúde e Natureza:** Dinamizar os Encontros de Sabedoria, com foco nas áreas da saúde e natureza.

Os objetivos operacionais são projetados para adaptar a AMUT à sociedade atual, atendendo às necessidades dos associados e da comunidade e, simultaneamente, manter a organização alinhada com os seus valores fundamentais e objetivos de longo prazo.

4- CLÍNICA AMUT' SAÚDE

A Clínica AMUT' Saúde completa uma década de serviços no mês de fevereiro de 2026. Podemos afirmar que este serviço é um sucesso ao nível da estratégia da Saúde Integral. A nível de recursos humanos temos uma equipa coesa. Mantemos um quadro clínico composto por Técnicos de Saúde de excelência focados na missão da AMUT e procura-se apresentar valores, para os associados, substancialmente abaixo dos preços de mercado, garantindo o acesso a respostas de qualidade acessíveis.

Para promover e implementar a literacia em saúde, contamos com o apoio dos nossos Técnicos de Saúde que articulam as temáticas com o programa dos Encontros de Sabedoria.

Em 2026, a gestão da Clínica AMUT' Saúde, continuará a favorecer o bem-estar, a saúde e a felicidade, através do seguinte plano:

1. Objetivos principais para 2026:

- 1.1. **Aumentar o número de pacientes**, com foco na personalização dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde contratados.
- 1.2. **Expandir os serviços** oferecidos: incluir a Terapia Ocupacional na oferta clínica. Reforçar a equipa nas valências de Fisioterapia e Psicologia.
- 1.3. **Fortalecer a identidade** da clínica como referência em saúde integrativa e solidária, trabalhando em parceria com projetos sociais financiados ou gratuitos.
- 1.4. **Aumentar a literacia em saúde** educando sobre a importância da saúde holística por meio de campanhas educacionais e parcerias. Manter as palestras mensais de saúde, tendo-se já tornado momentos regulares de encontro e partilha de conhecimento.

1.5. Garantir a **sustentabilidade financeira** da clínica por meio de estratégias de estabilização de custos e aumento de receitas.

2. Estratégias para Alcançar Objetivos:

2.1. Expandir e Diversificar Serviços:

- Aumentar a equipa de Psicologia e de Fisioterapia;
- Envolver os profissionais de saúde da clínica nos programas de bem-estar e prevenção em saúde, em articulação com os Encontros de Sabedoria.
- Continuar o programa de saúde física e mental, com a prática semanal de *Qi Gong*.
- Promover oficinas, eventos educativos, workshops e palestras sobre vida saudável, prevenção de doenças, gestão do stress e ansiedade e apoio à saúde familiar (por exemplo, Pacotes de saúde integrativa para famílias com descontos ou planos de fidelização).

2.2. Fortalecimento da Marca e Visibilidade:

- Marketing digital: manter as participações nas redes sociais *Instagram, Facebook, LinkedIn, YouTube, e Google Ads*, para promover os serviços e a missão da clínica.
- Manter a criação de conteúdo relevante na newsletter e outros artigos nos *Media*.
- Promover Parcerias Estratégicas: colaborações com os parceiros protocolados e organizações sociais.
- Implementar os testemunhos e estudos de caso: divulgando histórias de pacientes que experimentaram uma transformação positiva, focando nos benefícios da abordagem integrativa. Criar no site um local específico denominado “O que dizem os nossos pacientes...”.

3. **Sustentabilidade Financeira:** controlo dos custos fixos, através da análise semestral dos fornecedores, garantindo a otimização de recursos materiais.

4. **Responsabilidade Social e Solidária:** manter as parcerias institucionais, participando nos Programas sociais e comunitários do município de Gondomar, com apoio dos nossos técnicos.

5. **Monitorização e Avaliação:** acompanhamento contínuo dos indicadores financeiros e operacionais (número de atendimentos, satisfação dos pacientes, entre outros) em conjunto com a direção da AMUT. Realizar novamente uma pesquisa/ sondagem de satisfação aos pacientes e análise dos feedbacks para ajustes no atendimento e serviços, no primeiro semestre.

Este plano de ação visa integrar medidas para garantir que a Clínica AMUT'Saúde prossiga os seus objetivos de sustentabilidade financeira, mantendo a identidade do projeto e a já reconhecida qualidade.

5- ATIVIDADES DE NATUREZA SOCIAL E DE SOLIDARIEDADE

A AMUT, fiel ao seu compromisso com a solidariedade, apoio social, assistência, formação e promoção de atividades em benefício dos associados e seus familiares, planeia, para 2026, uma série de iniciativas e programas destinados a reforçar, diversificar e expandir a sua oferta, fidelizando e diversificando o seu público alvo.

1. **Continuidade de programas:** Manteremos e aprimoraremos os programas e atividades atuais que têm demonstrado um impacto positivo na qualidade de vida dos nossos associados e familiares. Isso inclui iniciativas de apoio social, programas de saúde e bem-estar, atividades culturais e educacionais, como são os casos do Yoga, Pilates, Relax, Hidroterapia, Qi Gong, Workshops, palestras sobre saúde e natureza e sessões de Arte Terapia e Shinrin-yoku.
2. **Desenvolvimento de iniciativas inovadoras:** Com o objetivo de atender às mudanças nas necessidades dos nossos associados, lançaremos iniciativas que complementem os nossos serviços. Estas poderão incluir projetos inovadores em áreas como tecnologias na saúde, programas intergeracionais, ações de voluntariado e atividades que promovam a inclusão social.
3. **Fortalecimento da rede de colaboração e parcerias:** Ampliaremos a nossa rede de colaboração com outras entidades e organizações, tanto locais como internacionais, para potencializar o impacto e o alcance de nossas atividades. Esta colaboração incluirá o compartilhamento de recursos, conhecimentos e melhores práticas.

Com estas ações, a AMUT visa não apenas investir no apoio aos associados e seus familiares, mas também garantir que a Associação permaneça resiliente, integrada na malha associativa local, adaptável e financeiramente sustentável no futuro.

5.1. ENCONTROS DE SABEDORIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Em 2026, a AMUT irá continuar a desenvolver os Encontros de Sabedoria, reforçando o seu contributo para a capacitação dos Associados e da Comunidade. Este espaço continuará a promover o equilíbrio e o bem-estar, através de atividades que valorizam a saúde física e mental, bem como o crescimento pessoal e profissional, privilegiando a partilha de experiências e o envolvimento ativo dos participantes.

1. **Yoga, Rodas Meditativas, Pilates e Qi Gong:** As sessões contínuas de Yoga, Rodas Meditativas, Pilates e Qi Gong permanecem como elementos fundamentais da nossa oferta. Pretendemos garantir práticas acessíveis e adaptadas, orientadas tanto para o fortalecimento do corpo como para o equilíbrio emocional. As técnicas abordadas continuarão a incidir na redução do stress, na melhoria da qualidade de vida e na promoção de rotinas saudáveis.
2. **Turma de Arteterapia:** Em 2026 pretende-se dar início a uma nova turma de Arteterapia. Esta iniciativa utiliza meios expressivos, como desenho, pintura ou escrita simbólica, para desenvolver o autoconhecimento dos seus participantes, a autorregulação emocional e a criatividade, constituindo-se como um espaço seguro de expressão curativa.
3. **Palestras abertas à Comunidade:** Ao longo do ano, serão dinamizadas diversas palestras focadas em temas de saúde e bem-estar, conduzidas por profissionais especializados nas respetivas áreas. Pretende-se disponibilizar informação rigorosa e atualizada que permita às pessoas fazer escolhas mais conscientes relativamente ao seu bem-estar físico, mental e emocional.
4. **Formação Modular:** Continuaremos focados na abertura de novos processos de formação modular, submetendo candidaturas sempre que possível. Este investimento pretende assegurar aos Associados oportunidades de atualização e aperfeiçoamento profissional contínuos, alinhadas com as exigências atuais do mercado e com as melhores práticas formativas.
5. **Parcerias e Projetos Colaborativos:** O trabalho colaborativo com entidades externas, como a Câmara Municipal de Gondomar e outras organizações sociais, será reforçado. Estas parcerias permitirão ampliar o alcance das atividades, gerar maior impacto social e desenvolver programas direcionados ao bem-estar e à saúde mental. Entre estas iniciativas incluem-se ações de sensibilização para o contacto com a natureza, com enfoque na prevenção e/ou intervenção em problemáticas de saúde mental.
6. **Ações Inovadoras e Participativas:** Pretendemos continuar a integrar novas metodologias, dando resposta às necessidades expressas pelos participantes e explorando possibilidades inovadoras,

incluindo ferramentas tecnológicas aplicadas à saúde e o alargamento da oferta formativa certificada. A participação ativa dos formandos continuará a ser valorizada, moldando a evolução dos Encontros de Sabedoria.

Em suma, ao longo do ano de 2026, os Encontros de Sabedoria permanecerão como um eixo estruturante da missão da AMUT. Procuraremos consolidar um programa abrangente, centrado no cuidado da saúde e na promoção de estilos de vida equilibrados, através de atividades regulares, palestras temáticas, projetos colaborativos e iniciativas ligadas ao contacto com a natureza. Estes eixos de atuação, sustentados num compromisso com o desenvolvimento contínuo e o bem-estar, permitirão alinhar a nossa intervenção com as tendências atuais e futuras, reforçando o valor da educação, da saúde e do equilíbrio emocional.

5.2.AMUT'CAMINHANDO E TURISMO SOCIAL

O programa AMUT'Caminhando, destinado a promover a saúde biopsicossocial dos seus participantes, será mantido e reforçado ao longo de 2026, dando continuidade ao trabalho desenvolvido nos anos anteriores. Para o próximo ano está prevista a introdução de melhorias, de forma a reforçar a inclusão, a diversidade e a valorização de experiências significativas.

Objetivos do programa:

- 1. Promover e melhorar o bem-estar físico e psicológico** através de atividades ao ar livre, ações de carácter educativo e momentos de convívio.
2. Consolidar o trabalho já desenvolvido, garantindo a participação plena de toda a comunidade e assegurando condições que facilitem a **inclusão de pessoas com limitações físicas**.
3. Reforçar o incentivo ao turismo social, privilegiando **destinos de interesse histórico, cultural, natural e paisagístico**.

Atividades previstas para 2026

1. **Caminhadas mensais em percursos naturais:** em diversos trilhos em **território ibérico**, promovendo o contacto com a natureza, o conhecimento de novos locais e tradições, a prática regular de exercício físico e a partilha de momentos agradáveis entre os participantes.
2. Reforço das ações de **inclusão e apoio logístico:** Será garantida a manutenção e o aperfeiçoamento do apoio logístico já existente, possibilitando a **participação de todos**. Serão igualmente desenvolvidas atividades paralelas para familiares ou acompanhantes que não possam realizar as caminhadas, assegurando que também estes se sintam integrados e envolvidos no espírito do programa.
3. **Caminho de Santiago Francês – Parte III:** com acompanhamento técnico e apoio permanente, assegurando segurança e bem-estar. Mais do que o desafio físico, o Caminho de Santiago oferece um contacto singular com a história, a cultura, a espiritualidade e a partilha entre peregrinos de diferentes origens sociais e geográficas.
4. **Programas AMUT'Férias:** promover a visita a locais de particular interesse cultural e histórico, tanto em Portugal como em Espanha, permitindo a partilha intergeracional e o turismo social.
5. **Apoio logístico e planeamento das atividades:** Será assegurado que todas as iniciativas disponham de um planeamento rigoroso e de apoio logístico adequado, incluindo transporte, materiais de suporte e organização de grupos de acompanhamento. A seleção das atividades teve em consideração as preferências manifestadas pelos participantes nos inquéritos realizados em 2025.

Em **2026**, o **AMUT'Caminhando** reafirma o seu compromisso com a promoção da saúde, a implementação de novas estratégias e o reforço das condições de inclusão e bem-estar para **tod@s** os participantes. O programa constitui uma oportunidade de contacto com a natureza, com a cultura e com a comunidade, proporcionando experiências enriquecedoras e positivas para todos os envolvidos.

5.3. GABINETE DE INOVAÇÃO E PROJETOS

O Gabinete de Projetos e Inovação mantém como objetivo a submissão de 5 candidaturas anuais, que permitam aceder a diferentes fontes de financiamento, entre as quais o Programa de Apoio ao Movimento Associativo do Município de Gondomar, o programa ERASMUS KA2, as candidaturas ao programa BPI e outros concursos pertinentes, no âmbito da inovação social e áreas de atuação da AMUT.

Em 2026, será levado a cabo o projeto **Círculos de Vida**, uma iniciativa de inovação e empreendedorismo social promovida pela AMUT em parceria com o Município de Gondomar, como Investidor Social, no âmbito do programa Parcerias para a Inovação Social. O projeto tem como propósito combater a ansiedade e a depressão na comunidade escolar, partindo da simbologia do círculo como espaço de partilha, confiança e ligação humana no círculo de partilha. Uma prática ancestral que, nas sociedades contemporâneas, se tem vindo a perder. Os Círculos de Vida ambicionam fortalecer redes de suporte, reduzir o isolamento e consolidar uma cultura de bem-estar e saúde mental assente na empatia e no sentido de comunidade.

CONSELHO CONSULTIVO

O Conselho Consultivo continuará a acompanhar o desenvolvimento dos trabalhos da AMUT, aconselhando estrategicamente a associação e fornecendo suporte técnico e especializado. Para assegurar este acompanhamento, está prevista a realização de pelo menos uma reunião trimestral, conforme estipulado no regulamento do Conselho Consultivo.

5.4.AMUT'AJUDA – CENTRO DE AJUDAS TÉCNICAS

Em 2026, o projeto **AMUT'Ajuda** continuará a estar ao lado dos nossos associados e das suas famílias, especialmente daqueles que precisam de ajudas técnicas para tornar o seu dia a dia mais seguro, confortável e autónomo. Ao longo dos últimos meses, temos sentido cada vez mais as necessidades de quem nos procura, com pedidos de camas articuladas, elevatórios de sanita ou bancos de apoio para o banho, equipamentos que, para muitas pessoas, fazem realmente a diferença na forma como vivem e são cuidadas.

Porque acreditamos que ninguém deve ficar sem apoio, a consignação de IRS de 2025 foi totalmente direcionada para angariar fundos destinados à compra de novos equipamentos. O ano 2026, prevê-se dar continuidade a esta prática, materializando este gesto solidário, resultado da confiança dos nossos associados, na ampliação da nossa capacidade de resposta, por forma a chegar a um número maior de pessoas.

Ao longo do próximo ano, continuaremos a acompanhar cada caso, avaliando as necessidades individuais e encontrando a solução mais adequada para cada família. Para nós, não se trata apenas de emprestar um equipamento; trata-se de ouvir, orientar e garantir que cada pessoa se sente segura e confiante ao utilizá-lo

no seu lar. Por isso, continuaremos também a dedicar tempo a explicar o funcionamento de cada ajuda técnica, promovendo autonomia e tranquilidade no quotidiano.

O **AMUT'Ajuda** reafirma assim a sua missão: estar presente, apoiar com sensibilidade e contribuir para que cada associado viva com mais dignidade, conforto e qualidade de vida.

5.5.AMUT'NATURA: PROMOÇÃO DE SAÚDE E BEM-ESTAR

A AMUT'Natura continuará, ao longo do próximo ano, a dedicar-se ao cuidado da saúde e do bem-estar. Dar-se-á continuidade à aposta numa oferta variada de produtos naturais, suplementos e soluções saudáveis, pensadas para tornar o autocuidado mais simples e acessível.

Será reforçada a parceria com empresas que privilegiam ingredientes de origem natural, que respeitam o ambiente e que mantenham elevados padrões de qualidade. É importante garantir que os produtos disponibilizados são, não só benéficos para quem os utiliza, mas também responsáveis e amigos do planeta. Pequenas escolhas podem fazer uma grande diferença para o nosso bem-estar e para as futuras gerações.

6- A CASA POUSIO

Durante os primeiros seis meses do ano, continuarão a ser feitas diligências no sentido de se encontrarem investidores de impacto e parceiros estratégicos que ajudem a viabilizar o projeto Casa Pousio – Habitat Intergeracional e Regenerativo. A Casa Pousio responde aos desafios crise habitacional, envelhecimento populacional, crescimento das taxas de ansiedade e depressão e isolamento social que se verificam a nível nacional. Atualmente, os jovens têm grande dificuldade em aceder a habitação autónoma e os idosos enfrentam solidão e condições de vida precárias. Neste sentido, a Casa Pousio consiste numa resposta de habitação colaborativa para jovens e seniores, que simultaneamente terá acoplado o desenvolvimento de um **programa biopsicossocial** promotor da saúde integral, através da pertença comunitária e da ligação à natureza. Em termos de impacto, pretende-se que haja uma redução de até 55% nos sintomas de ansiedade e depressão, 90% menos solidão, mais interação intergeracional e a adoção de estilos de vida saudáveis e sustentáveis por parte dos participantes. Mais do que um projeto habitacional, será uma oportunidade de

gerar **impacto positivo social, ambiental e económico** duradouro para a AMUT e para a comunidade onde se insere.

7- NOTAS FINAIS

O Conselho de Administração da *AMUT – Associação Mutualista de Gondomar*, através deste *Plano e Orçamento para 2026*, reafirma o seu compromisso em concretizar o propósito de *Nutrir a Saúde e a Felicidade do Ser humano, Solidariamente*. Num cenário económico e social desafiador, o Conselho de Administração pretende continuar a apostar em respostas inovadoras e sustentáveis.

Este plano reflete o esforço contínuo de adaptação às necessidades da comunidade, oferecendo soluções pragmáticas em áreas cruciais como a saúde integral, a habitação e o bem-estar social. O compromisso com a inovação e a eficácia está no cerne de todas as iniciativas, assegurando que a AMUT permaneça na vanguarda das associações mutualistas, não apenas em Gondomar, mas como um exemplo a nível nacional.

Para 2026, o Conselho de Administração empenhar-se-á em implementar este plano com diligência e transparência, mantendo sempre o foco no bem-estar dos associados e no impacto positivo na comunidade.

Gondomar, 28 de novembro de 2025

O Conselho de Administração

Ângela da Conceição Vieira Pereira

Maria Antónia Pereira Ferreira

Artur Manuel Silva Teixeira

Maria do Sameiro dos Santos Moura

Rogério Lisandro Pereira Soares

ANEXOS

Anexo I – Conta de Exploração Previsional para o Exercício 2026

RENDIMENTOS E GASTOS		Ano 2026	Ano 2025
Vendas e serviços prestados	(1)	380 000,00€	370 000,00€
Subsídios, doações e legados à exploração	(2)	600 000,00€	550 000,00€
CMVMC		-3 000,00€	-5 500,00€
Fornecimentos e Serviços Externos		-170 000,00€	-160 000,00€
Gastos com o pessoal	(3)	-250 000,00€	-245 000,00€
Aumentos/reduções de justo valor		0,00€	0,00€
Outros rendimentos e ganhos	(4)	30 000,00€	30 000,00€
Outros gastos e perdas	(5)	-540 000,00€	-528 000,00€
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		47 000,00€	11 500,00€
Gastos de depreciação e de amortização		-25 000,00€	-25 000,00€
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		22 000,00€	-13 500,00€
Juros e rendimentos similares obtidos	(6)	8 000,00€	15 000,00€
Juros e gastos similares suportados		0,00€	-1 000,00€
Resultado antes de imposto		30 000,00€	500,00€
Imposto sobre o rendimento do período		-100,00€	-50,00€
Resultado líquido do período		29 900,00€	450,00€

Nota 1 - Vendas e serviços prestados: Nesta rubrica estão consideradas as quotas anuais pagas pelos associados, as prestações de serviços relativas às atividades da AMUT, com especial ênfase nas atividades do Caminhando e terapeutas da Clínica AMUT'Saúde.

Nota 2 - Subsídios, doações e legados à exploração: Foram estimados os subsídios à exploração das seguintes entidades: Município de Gondomar, Águas de Gondomar e Rede Ambiente.

Nota 3 - Gastos com Pessoal: Consideram-se os encargos estruturais, nomeadamente os montantes estimados a pagar, acrescido dos encargos sociais (TSU) e eventuais atualizações salariais em função de acréscimos de responsabilidade.

Nota 4 - Outros Rendimentos e Ganhos: Utilização dos gabinetes da clínica aos terapeutas e salas de formação a entidades formadoras.

Nota 5 - Outros Gastos e Perdas: Estimativa das comparticipações a pagar em 2026 das despesas de saúde nas modalidades de benefícios de Assistência Medicamentosa e Assistência na Saúde dos associados.

Nota 6 - Juros e rendimentos similares obtidos: Este valor refere-se à estimativa dos rendimentos das aplicações financeiras da AMUT.

Gondomar, 28 de novembro de 2025,

O Conselho de Administração

Ângela da Conceição Vieira Pereira

Maria Antónia Pereira Ferreira

Artur Manuel Silva Teixeira

Maria do Sameiro dos Santos Moura

Rogério Lisandro Pereira Soares

PARECER DO CONSELHO FISCAL

Nos termos da alínea c) do Artigo 50º dos Estatutos da AMUT – Associação Mutualista de Gondomar (AMUT), aprovados em Assembleia Geral de 05 de abril de 2023, o Conselho Fiscal analisou o Programa de Ação e Orçamento do Exercício de 2026 e, retirou as seguintes conclusões:

- O documento foi construído com base nos princípios e valores mutualistas;
- A presente proposta do Conselho de Administração processou-se em conformidade com os estatutos e a apresentação do orçamento configura-se de acordo com o preceituado para ESNL (Entidades do Setor Não Lucrativo).
- Verifica-se também que foi elaborado numa linha de continuidade dos programas de ação apresentados e aprovados em anos anteriores e que segue uma forma correta e de leitura acessível;
- Depois de analisada proposta de Programa de Ação e Orçamento para o Exercício de 2026, podemos constatar que o orçamento vai de encontro ao plano traçado pelo Conselho de Administração neste documento;
- O documento tem a estrutura flexível suficiente para que, mediante as dificuldades e oportunidades que surjam durante o exercício de 2026, o Conselho de Administração atue em conformidade;
- O Conselho Fiscal sublinha que o aumento das comparticipações de despesas de saúde nas modalidades existentes, face às quotas pagas pelos associados e aos correspondentes subsídios do Município de Gondomar, das Águas de Gondomar e da Rede Ambiente, poderá ser reequilibrado com a entrada em vigor da proposta do novo Regulamento de Benefícios.

Assim o Conselho Fiscal é de parecer que a Assembleia Geral aprove o Programa de Ação e Orçamento para o ano de 2026, na certeza de que o mesmo será um exercício exigente e que apelará a uma gestão quotidiana ponderada.

Gondomar, 04 de dezembro de 2025,

O CONSELHO FISCAL

José Ferreira Dias

José Luís Loureiro Vasconcelos

Isabel Maria Ferreira Castro Ascensão