PLANO DE AÇÃO E ORÇAMENTO

2027

Exercício

amut
Associação Mutualista de Gondomar

Índice

1- ENQUADRAMENTO 4

2- OBJETIVOS ESTRATÉGICOS 5

3- OBJETIVOS OPERACIONAIS 6

4- CLÍNICA AMUT' SAÚDE 8

5- ATIVIDADES DE NATUREZA SOCIAL E DE SOLIDARIEDADE 9

5.1. ENCONTROS DE SABEDORIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL 9

5.2. AMUT'CAMINHANDO E TURISMO SOCIAL 11

5.3. GABINETE DE INOVAÇÃO E PROJETOS 13

5.4. AMUT'AJUDA – CENTRO DE AJUDAS TÉCNICAS 15

5.5. AMUT'NATURA: PROMOÇÃO DE SAÚDE E BEM-ESTAR 15

6- A CASA POUSIO 16

7- NOTAS FINAIS 18

Anexo I – Conta de Exploração Previsional para o Exercício 2027 19

PARECER DO CONSELHO FISCAL 21

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

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 2027*, documento este acompanhado pelo Parecer do Conselho Fiscal.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

1- ENQUADRAMENTO

A *AMUT – Associação Mutualista de Gondomar* apresenta seu *Programa de Ação e Orçamento para 2027*, 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 seus Associados e respetivas famílias.

Além dos benefícios principais, a Associação prosseguirá objetivos complementares 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

Continuaremos a promover 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 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.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

2- OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

A AMUT, através do seu Conselho de Administração, define para 2027 um conjunto de objetivos estratégicos orientados para a sustentabilidade, inovação, qualidade das respostas, diversificação das fontes de financiamento e reforço da capacidade de intervenção da Associação:

1. **Sustentabilidade das modalidades de benefícios**: Assegurar a sustentabilidade das modalidades de benefícios com comparticipação de despesas de saúde, através da aplicação rigorosa e uniforme do Regulamento de Benefícios, do reforço dos mecanismos de verificação das despesas apresentadas e da monitorização permanente da evolução das comparticipações, quotizações e respetivo equilíbrio financeiro.
2. **Crescimento e diversificação da base associativa**: Promover o aumento do número de associados, com particular incidência na modalidade de Saúde, procurando alargar a base associativa, reforçar a participação nas atividades e serviços da AMUT e contribuir para a diversificação das fontes de receita da Associação.
3. **Casa Pousio – valorização patrimonial e desenvolvimento do projeto**: Definir e concretizar uma solução sustentável para a Casa Pousio, através da captação de financiamento privado que permita avançar para a requalificação do edifício existente, tendo em vista a instalação da futura sede da AMUT, a valorização do seu património e a criação de melhores condições para o desenvolvimento dos seus serviços.
4. **Diversificação das fontes de financiamento**: Reforçar a capacidade de captação de financiamento através de candidaturas a programas nacionais e europeus, fundos públicos e privados, consignação do IRS e outras oportunidades de angariação de fundos, procurando simultaneamente desenvolver projetos capazes de gerar novas fontes de receita e reduzir a dependência das fontes tradicionais de financiamento.
5. **Inovação e desenvolvimento de projetos**: Promover a conceção e implementação de projetos inovadores nas áreas da saúde, natureza, envelhecimento ativo, inclusão, formação e intervenção comunitária, potenciando a experiência e o conhecimento acumulados pela AMUT e a participação em redes e projetos nacionais e internacionais.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

6. **Parcerias e cooperação institucional**: Consolidar e expandir a rede de parcerias, protocolos e relações institucionais com entidades públicas, privadas, académicas e do setor social, reforçando a capacidade de intervenção da AMUT e ampliando as respostas e vantagens disponibilizadas aos associados e à comunidade.
7. **Avaliação, qualidade e impacto**: Reforçar os mecanismos de avaliação da qualidade e do impacto das principais respostas, projetos e atividades da AMUT, utilizando a informação recolhida como instrumento de apoio à decisão, melhoria contínua e demonstração do valor social gerado pela Associação.
8. **Sustentabilidade organizacional e capacidade interna**: Reforçar a capacidade técnica e organizacional da AMUT, promovendo uma gestão eficiente dos recursos humanos, financeiros e materiais, a qualificação das equipas e a progressiva digitalização e integração dos processos de gestão.

Estes objetivos traduzem a orientação estratégica da AMUT para 2027, procurando conciliar o cumprimento da sua missão mutualista e social com a sustentabilidade económica e financeira, a inovação, a valorização do património e a capacidade de responder a novas necessidades dos associados

3- OBJETIVOS OPERACIONAIS

Para a concretização das orientações estratégicas definidas, a AMUT estabelece para 2027 os seguintes objetivos operacionais:

1. **Otimizar os processos de gestão**: Prosseguir a melhoria dos procedimentos internos, promovendo uma utilização eficiente dos recursos humanos, materiais e financeiros e uma melhor articulação entre os diferentes serviços e áreas de intervenção.
2. **Modernizar e integrar os sistemas de gestão e o circuito documental**: Atualizar e melhorar o programa de gestão da AMUT, procurando uma maior integração entre os diferentes serviços. Paralelamente, prosseguir a digitalização, classificação e indexação documental e avaliar a implementação de soluções de automatização e **Inteligência Artificial (IA)** que permitam simplificar tarefas administrativas, reduzir tempos de processamento e melhorar a organização e acesso à informação.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

3. **Garantir eficiência no processamento das comparticipações**: Assegurar o processamento e pagamento das comparticipações de despesas de saúde dentro dos prazos estabelecidos, reforçando simultaneamente os mecanismos de verificação e controlo e a aplicação uniforme do Regulamento de Benefícios.
4. **Monitorizar a satisfação e promover a melhoria contínua**: Realizar inquéritos de satisfação junto dos associados, participantes nas atividades e recursos internos, analisando os resultados e incorporando-os nos processos de avaliação e melhoria dos serviços e projetos.
5. **Assegurar a qualidade das respostas e serviços**: Manter e melhorar a qualidade das respostas, nomeadamente através da Clínica AMUT'Saúde, AMUT'Ajuda e AMUT'Natura, promovendo uma atuação integrada nas áreas da prevenção, saúde, autonomia e qualidade de vida.
6. **Desenvolver os programas de saúde, natureza e turismo social**: Dar continuidade ao programa anual **AMUT'Caminhando**, incluindo as atividades regulares, férias, peregrinação anual e outras iniciativas que promovam a atividade física, o contacto com a natureza e o convívio.
7. **Promover a literacia e a aquisição de competências em saúde e natureza**: Dinamizar os **Encontros de Sabedoria** e outras ações de formação, sensibilização e partilha de conhecimento, privilegiando temáticas relacionadas com saúde, prevenção, desenvolvimento pessoal, natureza e estilos de vida saudáveis.
8. **Executar e acompanhar projetos financiados**: Assegurar a adequada execução técnica, administrativa e financeira dos projetos financiados em curso, bem como preparar e apresentar novas candidaturas alinhadas com a missão e os objetivos estratégicos da AMUT.

Os objetivos operacionais para 2027 procuram traduzir as orientações estratégicas da AMUT em **ações concretas e mensuráveis**, reforçando a eficiência organizacional, a qualidade das respostas, a proximidade aos associados e a sustentabilidade da Associação.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

4- CLÍNICA AMUT' SAÚDE

A Clínica AMUT'Saúde enquadra-se no propósito mutualista da AMUT de *Nutrir a Saúde e a Felicidade do Ser Humano, Solidariamente.*

A Clínica AMUT'Saúde integra uma oferta de cuidados de medicina integrativa que inclui diferentes áreas - Fisioterapia, Medicina Tradicional Chinesa, Nutrição, Osteopatia, Psicologia, Terapia da Fala e Reiki. No ano de 2027, a clínica pretende aumentar a oferta terapêutica com outras valências consideradas uma mais-valia para os nossos clientes.

A Clínica AMUT'Saúde propõe alcançar os seguintes **fundamentos**:

1. Uma Clínica próxima das pessoas, com melhor atendimento, capacidade de escuta e com experiências positivas para os utentes.

2. Resposta clínicas organizada, com sincronicidade entre as diferentes especialidades e a criação de equipas multidisciplinares.

3. Comunidade informada, com maior acesso a iniciativas de prevenção e promoção da saúde. Continuidade da iniciativa de literacia em saúde.

4. Equipa profissional envolvida, valorizada pelo seu contributo e comprometida com a melhoria contínua.

5. Instituição sustentável, capaz de conciliar responsabilidade financeira, qualidade assistencial e solidariedade mutualista.

Em 2027, a Clínica da AMUT pretende continuar a ser um espaço de confiança, proximidade e segurança, onde a saúde é um bem essencial e o cuidado começa na forma como recebemos cada pessoa.
Queremos melhorar com humanidade, assumindo o compromisso de prevenir mais e trabalhar em conjunto para que cada associado/utente encontre na AMUT uma resposta de saúde acessível, competente e humanizada.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

5- ATIVIDADES DE NATUREZA SOCIAL E DE SOLIDARIEDADE

A AMUT, fiel ao seu compromisso com a solidariedade, o apoio social, a assistência, a formação e a promoção de atividades em benefício dos associados e seus familiares, planeia, para 2027, uma série de programas destinados a manter e diversificar a sua oferta:

1. **Continuidade de programas**: Manteremos os programas e atividades atuais, que têm demonstrado um impacto positivo na qualidade de vida dos nossos associados e familiares, incluindo iniciativas de apoio social, programas de saúde e bem-estar e atividades de cultura e educação - Yoga, Pilates, Relax, Hidroterapia, Qi Gong, Workshops, palestras sobre saúde e natureza e sessões de 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 incluirão projetos inovadores em áreas da saúde, programas intergeracionais, ações de voluntariado e atividades promotoras da 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 das nossas atividades. 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 e financeiramente sustentável no futuro.

5.1.ENCONTROS DE SABEDORIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Em 2027, os Encontros de Sabedoria continuarão a promover a saúde, o bem-estar e o desenvolvimento pessoal dos nossos associados e de toda a comunidade. Cada Encontro é uma oportunidade para aprender, partilhar experiências, criar laços e descobrir novas formas de cuidar de nós e dos outros. Por isso, as atividades que propomos são pensadas para promover a literacia em saúde, estimular o crescimento pessoal e incentivar a participação de todos. Com este plano de ação, pretendemos dar continuidade ao trabalho desenvolvido e abraçar novos desafios, criando experiências significativas que contribuam para uma comunidade mais informada, participativa e consciente da importância de cuidar da sua saúde e do seu bem-estar.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

1. **Pilates, Rodas Meditativas e Qi Gong**: As práticas regulares de Pilates, Rodas Meditativas e Qi Gong continuarão a assumir um papel de destaque na programação dos Encontros de Sabedoria ao longo de 2027. A nossa aposta passa por proporcionar experiências inclusivas e ajustadas às necessidades dos participantes, promovendo uma abordagem integrada à saúde física, mental e emocional. As técnicas abordadas continuarão a incidir na redução do stress, na melhoria da qualidade de vida e na promoção de rotinas saudáveis.
2. **Palestras abertas à Comunidade:** Serão realizadas, ao longo do ano, várias palestras dedicadas à promoção da saúde e do bem-estar, dinamizadas por profissionais com experiência nas diferentes áreas temáticas. Estas iniciativas têm como objetivo proporcionar à comunidade o acesso a conhecimentos credíveis e atualizados, contribuindo para uma maior literacia em saúde e para a adoção de comportamentos e escolhas que favoreçam o equilíbrio físico e psicológico. Serão também organizadas sessões de preparação para o Caminho de Santiago 2027, que visam proporcionar aos participantes informação e orientações úteis para a preparação do Caminho, promovendo uma experiência mais segura, consciente e enriquecedora, tanto a nível físico como emocional.
3. **Parcerias e Projetos Colaborativos:** Será dada continuidade ao reforço da colaboração com entidades externas, nomeadamente com a Câmara Municipal de Gondomar, entidades protocoladas e organizações sociais. O estabelecimento destas parcerias permitirá alargar as iniciativas desenvolvidas, potenciando o seu impacto e promovendo a implementação de programas orientados para a saúde mental e o bem-estar. Neste contexto, serão dinamizadas ações de sensibilização que valorizem o contacto com a natureza, enquanto recurso de apoio à prevenção e à intervenção em situações relacionadas com a saúde mental.
4. **Ações Inovadoras e Participativas:** Será mantido o investimento na introdução de novas metodologias, procurando responder às necessidades identificadas pelos participantes e explorar abordagens inovadoras. A auscultação e o envolvimento dos formandos continuarão a assumir um papel central, contribuindo para a adaptação e o desenvolvimento contínuo dos Encontros de Sabedoria.

Em síntese, ao longo do ano de 2027, os Encontros de Sabedoria continuarão a desempenhar um papel central na concretização do nosso propósito. A aposta incidirá na continuidade de programas diversificados, orientados para a promoção da saúde, do bem-estar e de hábitos de vida saudáveis, ao integrar atividades regulares, palestras temáticas e parcerias com outras entidades promotoras da saúde.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

A AMUT continuará a reforçar a rede de parcerias e cooperação com entidades e organizações locais, para promover a partilha de informação, experiências e recursos. Esta articulação permitirá desenvolver iniciativas conjuntas de qualificação escolar, profissional e pessoal, fomentar a empregabilidade e a inclusão social, bem como criar programas e atividades ajustados às necessidades da comunidade.

A parceria institucional com o Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP), manter-se-á em 2027, através da cedência de espaços e do apoio logístico à realização de ações de formação profissional, contribuindo para o desenvolvimento da oferta formativa e para a valorização das competências e, simultaneamente, para a diversificação das nossas receitas.

5.2.AMUT'CAMINHANDO E TURISMO SOCIAL

O programa AMUT'Caminhando tem como objetivo contribuir para a saúde e a qualidade de vida dos participantes, através de iniciativas que promovem a atividade física, o convívio e a descoberta dos nossos tesouros naturais e culturais.

Na senda dos últimos anos, pretendemos consolidar as oportunidades de participação para todos os públicos, continuando a desenvolver respostas que respeitem as diferentes capacidades e interesses dos participantes.

Objetivos do programa:

1. **Contribuir para a saúde e a qualidade de vida dos participantes**, através da prática de atividade física, do contacto com a natureza, de iniciativas educativas e de experiências de convívio.
2. **Favorecer a participação ativa e a igualdade de oportunidades**, procurando adaptar as atividades às necessidades dos participantes e criar condições para a integração de pessoas com limitações físicas.
3. **Dinamizar o turismo social e cultural** através da descoberta de territórios, tradições e património histórico e paisagístico, promovendo o enriquecimento pessoal e coletivo.
4. **Dar continuidade ao Caminho de Santiago Francês (Parte IV)**, uma experiência escolhida pelos participantes que, ao longo das edições anteriores, tem proporcionado desafios pessoais, momentos de superação e benefícios reconhecidos nos seus testemunhos.
5. **Promover o conhecimento, a valorização dos valores e benefícios inerentes ao(s) Caminho(s) de Santiago em Gondomar em parceria com o Município de Gondomar**, incentivando a população a

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

descobrir a ligação jacobeia no concelho de Gondomar, o património histórico, cultural e humano associados a esta peregrinação.

No ano 2027 prevê-se as seguintes atividades no âmbito do AMUT'Caminhando:

1. Caminhadas mensais em contacto com a natureza: Serão organizadas caminhadas mensais, em diferentes regiões do país, proporcionando o conhecimento de novos lugares, paisagens e tradições. Estas iniciativas pretendem estimular hábitos de vida ativos, favorecer o bem-estar e criar oportunidades de encontro e partilha.

2. Participação inclusiva, acompanhamento e apoio logístico das atividades: A organização das iniciativas continuará a privilegiar soluções que facilitem a participação de pessoas com diferentes capacidades físicas. Para esse efeito será assegurada a preparação dos recursos logísticos necessários e a dinamização de propostas alternativas para familiares e acompanhantes que não possam realizar plenamente os percursos pedestres.

3. Caminho de Santiago Francês – Parte IV: Iniciado em Lourdes, em 2024, o projeto tem permitido aos participantes percorrer, progressivamente, o Caminho de Santiago Francês, acumulando experiências e fortalecendo o espírito de grupo. A edição de 2027 dará seguimento a este percurso, com acompanhamento técnico e suporte logístico adequados à segurança e ao conforto dos participantes. Para além da componente física, esta experiência representa uma oportunidade de descoberta histórica e cultural, de reflexão pessoal e de contacto com diferentes realidades humanas.

4. Organização do 1.º Ciclo de Conferências «Caminho(s) de Santiago» em parceria com o Município de Gondomar – Iniciado em outubro de 2026 e com conclusão prevista para 25 de julho de 2027, data em que se assinala o dia de Santiago, em ano jacobeu. O projeto compreende um total de nove conferências, estruturadas como etapas de uma peregrinação, que articulam breves percursos pedestres no concelho com a abordagem da história, dos símbolos e das tradições do Caminho de Santiago. O programa inclui intervenções de especialistas, testemunhos de peregrinos e atividades temáticas.

5. Programas AMUT'Férias e Aldeias de Natal: Serão desenvolvidas iniciativas de turismo social que permitam explorar locais de interesse histórico, cultural e paisagístico. As atividades incluirão visitas guiadas

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

e educativas que favoreçam o conhecimento dos territórios. A visita às Aldeias de Natal permitem viver o espírito natalício, conhecer tradições e partilhar momentos de convívio.

6. Organização e acompanhamento das iniciativas: A concretização do programa será sustentada por uma preparação cuidada e adequada de cada atividade, contemplando a gestão dos transportes, os materiais necessários e a organização do acompanhamento dos grupos. Na definição da programação, serão consideradas as opiniões e preferências expressas pelos participantes nos inquéritos realizados em 2026, procurando adequar as propostas aos seus interesses e expectativas.

5.3. GABINETE DE INOVAÇÃO E PROJETOS

O Gabinete de Projetos e Inovação tem como objetivo, para 2027, executar 2 projetos e submeter 2 candidaturas a diferentes fontes de financiamento. Entre as candidaturas previstas contam-se o Programa de Apoio ao Movimento Associativo do Município de Gondomar e outro concurso relevante nas áreas da inovação social e da atuação da associação. Desta forma, os indicadores de realização centram-se em 2 projetos em execução durante os 12 meses de 2027 (Círculos de Vida e Erasmus+ KA210) e 2 candidaturas a financiamento público ou privado.

Em 2027, prossegue a execução do **projeto Círculos de Vida**, iniciativa de inovação e empreendedorismo social promovida pela AMUT, em parceria com o Município de Gondomar, enquanto Investidor Social, no âmbito do programa Parcerias para a Inovação Social. O projeto procura combater a ansiedade e a depressão na comunidade escolar, recuperando o círculo como espaço de partilha, confiança e ligação humana, uma prática ancestral que as sociedades contemporâneas foram perdendo.

A metodologia organiza-se em "temporadas". Na primeira, jovens e adultos da comunidade escolar reúnem-se em círculos de pares para cocriar um jogo terapêutico inspirado no jogo da glória, construído sobre princípios de honestidade, segurança e confidencialidade. O jogo integra atividades de diálogo empático e compassivo, baseadas na comunicação não-violenta; técnicas de *mindfulness*, com respiração, alongamentos e consciência corporal; expressão criativa através da escrita, da dramatização e das artes plásticas; momentos de celebração de conquistas e de partilha de dores; e atos de generosidade coletiva.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

O resultado é uma ferramenta replicável de promoção do bem-estar, da saúde mental e do sentimento de pertença, que serve de base a novos encontros e ações nas temporadas seguintes. Em 2027, o projeto encontra-se na segunda temporada, com destaque para as ações dirigidas a professores, assistentes operacionais e pais/encarregados de educação, alargando o número de círculos de jovens e respetivos contextos.

Iniciado em outubro 2026, daremos seguimento à execução do projeto ***Erasmus+ KA210-ADU DIGITAL-NATURCONNECT***, uma plataforma digital aberta e multilingue (PT/EN/PL) que traduz evidência científica sobre a relação entre natureza e bem-estar em ferramentas práticas de educação de adultos, realizada em parceria com a Faculdade de Ciências da Universidade do Porto e a *Neurolandscape,* uma associação polaca de planeamento urbano, que estuda a forma como os espaços verdes impactam a atividade cerebral, a saúde mental e o bem-estar. A plataforma que irá ser criada basear-se-á num modelo de acesso duplo: um percurso direto de autoaprendizagem para adultos com competências digitais e um percurso de educador, que capacita profissionais a levar o mesmo conteúdo, de forma presencial e, em formato impresso, a adultos vulneráveis (idosos, isolados, com baixa literacia digital). Inclui ainda um kit de ciência cidadã para avaliação participativa de espaços verdes urbanos. A AMUT assume o papel de coordenadora, sendo responsável pela gestão global do projeto, pelo piloto em Portugal e pela disseminação junto da sua rede de membros e da comunidade de Gondomar.

Ao longo do ano 2027, concluir-se-á a atividade de síntese de evidência, desenvolvimento da plataforma e cocriação de conteúdos e, no final do ano, dar-se-á início à adoção da plataforma, pilotagem e implementação da ciência cidadã, de forma a validar o protótipo da plataforma.

CONSELHO CONSULTIVO

O Conselho Consultivo, constituído em 2023, manterá o seu papel de acompanhamento e apoio. Composto atualmente por quatro conselheiros - Armando Guimarães, João Antas Martins, Gorete Rato e Cátia Arnaut -, este órgão continuará a aconselhar a AMUT em áreas estratégicas e a prestar apoio técnico especializado, em particular nas áreas financeira e de gestão. Conforme previsto no Regulamento, o Conselho reunirá, uma vez por trimestre, de modo a totalizar um mínimo de 4 reuniões ao longo do ano, para assegurar um acompanhamento regular das atividades da associação.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

5.4.AMUT'AJUDA – CENTRO DE AJUDAS TÉCNICAS

O **AMUT'Ajuda – Centro de Ajudas Técnicas** continuará, em 2027, a disponibilizar aos associados equipamentos destinados a apoiar situações de doença, incapacidade temporária ou permanente, recuperação e perda de autonomia, contribuindo para melhorar as condições de vida dos beneficiários e das respetivas famílias.

O serviço manterá uma resposta de proximidade, procurando adequar os equipamentos disponibilizados às necessidades identificadas em cada situação e prestar a necessária orientação para a sua correta utilização. Paralelamente, será assegurada a **manutenção, renovação e reforço do banco de ajudas técnicas**, de forma a garantir a qualidade dos equipamentos e aumentar progressivamente a capacidade de resposta da AMUT.

A **consignação do IRS** continuará a assumir particular importância no financiamento deste projeto, permitindo canalizar os valores recebidos para a aquisição de novas ajudas técnicas. A AMUT procurará, por isso, reforçar a divulgação desta possibilidade junto dos associados e da comunidade, evidenciando a aplicação concreta destes recursos e o impacto social gerado pelo seu contributo.

Em 2027, o AMUT'Ajuda continuará, assim, a afirmar-se como uma resposta mutualista de **proximidade e solidariedade**, promovendo a autonomia, a segurança e a qualidade de vida dos associados e contribuindo, simultaneamente, para apoiar as famílias em períodos de maior necessidade.

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

A **AMUT'Natura** continuará, em 2027, a disponibilizar aos associados uma seleção de **produtos naturais e suplementos**, enquanto resposta complementar orientada para o autocuidado e para a promoção de estilos de vida saudáveis.

Procurar-se-á manter uma oferta **diversificada e ajustada à procura e às necessidades identificadas**, privilegiando a qualidade dos produtos disponibilizados e uma gestão equilibrada e criteriosa dos stocks.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

Paralelamente, será reforçada a **divulgação e informação sobre a oferta AMUT'Natura**, facilitando o conhecimento e o acesso dos associados aos produtos disponíveis e promovendo uma utilização informada e responsável.

Este projeto da AMUT continuará, assim, a integrar a estratégia mais ampla de **promoção da saúde e prevenção**, complementando as restantes respostas e serviços disponibilizados pela Associação e contribuindo para uma abordagem integrada da qualidade de vida dos seus associados.

6- A CASA POUSIO

Em 2027, a AMUT dará continuidade ao desenvolvimento da **Casa Pousio**, projeto que permanece como um dos eixos estratégicos da Associação e que representa, simultaneamente, uma oportunidade de **valorização do património, reforço da capacidade de intervenção e criação de condições para uma futura sede própria**.

Nos últimos anos, a AMUT desenvolveu um projeto de ampliação da Casa Pousio assente num conceito inovador de **habitação colaborativa e intergeracional**, concebido como resposta a desafios sociais relevantes, nomeadamente as dificuldades de acesso à habitação, o envelhecimento da população, o isolamento social e a necessidade de promover novas formas de vida comunitária. A concretização deste modelo esteve associada à expectativa de financiamento público no âmbito do **PRR e da Estratégia Local de Habitação**. Apesar da pré-aprovação obtida, o financiamento não chegou a ser executado, em resultado das dificuldades verificadas no processamento, pelo IHRU, das candidaturas relativas à componente de construção para habitação. Esta circunstância obriga a Associação a redefinir a estratégia de concretização do investimento, **sem abandonar o potencial social e patrimonial associado à Casa Pousio**.

Neste contexto, durante 2027 serão trabalhadas pelo Conselho de Administração as possibilidades de obtenção de financiamento em condições adequadas permitam reabilitar o património da associação criando respostas comunitárias de promoção de estilos de vida mais saudáveis e sustentáveis. A AMUT avaliará a viabilidade das soluções, privilegiando a concretização do **projeto intergeracional de habitação caso seja possível assegurar financiamento privado adequado**. Não se verificando essas condições, será prosseguida a alternativa de **requalificação da Casa Pousio existente**. Em qualquer dos cenários, a orientação será a mesma: **transformar a Casa Pousio num investimento sustentável, socialmente útil e patrimonialmente valorizador**,

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

compatibilizando a ambição estratégica da AMUT com uma gestão financeira prudente e com a salvaguarda da sustentabilidade da Associação a médio e longo prazo.

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

7- NOTAS FINAIS

O Conselho de Administração da **AMUT – Associação Mutualista de Gondomar**, através do presente **Plano de Ação e Orçamento para 2027**, reafirma o seu compromisso com a missão e os valores mutualistas e com o propósito de **"Nutrir a Saúde e a Felicidade do Ser Humano, Solidariamente"**, procurando responder de forma responsável, inovadora e sustentável às necessidades dos associados, das suas famílias e da comunidade.

Em 2027, a AMUT continuará a **consolidar as respostas e serviços existentes**, nas áreas da saúde, formação, natureza, apoio social e turismo social, conciliando esta continuidade com o desenvolvimento de novos projetos, o reforço das parcerias e a captação de diferentes fontes de financiamento. A inovação, a proximidade aos associados e a melhoria contínua continuarão a orientar a atuação da Associação.

A **Casa Pousio** manter-se-á como um dos projetos estratégicos, procurando-se definir uma solução que permita valorizar o património da AMUT e criar melhores condições para o desenvolvimento futuro da Associação. Esta e as restantes opções de investimento serão desenvolvidas de forma ponderada, salvaguardando a sustentabilidade económica e financeira e o equilíbrio das modalidades de benefícios.

O Conselho de Administração assume, assim, o compromisso de executar o presente Plano com **rigor, transparência e capacidade de adaptação**, procurando que 2027 seja um ano de **consolidação, inovação e preparação do futuro da AMUT**, preservando a sua identidade mutualista e reforçando o impacto positivo junto dos associados.

Gondomar, 29 de outubro de 2026

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

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

ANEXOS

Anexo I – Conta de Exploração Previsional para o Exercício 2027

RENDIMENTOS E GASTOS		Ano 2027	Ano 2026
Vendas e serviços prestados	(1)	479 385,00 €	375 000,00 €
Subsidios, doações e legados à exploração	(2)	665 336,40 €	600 000,00 €
CMVMC		- 3 000,00 €	- 3 000,00 €
Fornecimentos e Serviços Externos	(3)	- 203 850,00 €	- 170 000,00 €
Gastos com o pessoal	(3)	- 300 398,00 €	- 250 000,00 €
Aumentos/reduções de justo valor		- €	- €
Outros rendimentos e gastos	(4)	30 510,00 €	30 000,00 €
Outros gastos e perdas	(5)	- 598 250,00 €	- 540 000,00 €
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		**69 733,40 €**	**42 000,00 €**
Gastos de depreciação e de amortização		- 25 000,00 €	- 25 000,00 €
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		**44 733,40 €**	**17 000,00 €**
Juros e rendimentos similares obtidos	(6)	10 000,00 €	8 000,00 €
Juros e gstos similares suportados			
Resultado antes de imposto		**54 733,40 €**	**25 000,00 €**
Imposto sobre o rendimento do período		- 500,00 €	- 500,00 €
Resultado liquido do período		**54 233,40 €**	**24 500,00 €**

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.*

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

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

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

PARECER DO CONSELHO FISCAL

Nos termos da alínea c) do artigo 50.º dos Estatutos da **AMUT – Associação Mutualista de Gondomar**, o Conselho Fiscal procedeu à análise do ***Programa de Ação e Orçamento para o Exercício de 2027***, apresentado pelo Conselho de Administração.

Da análise efetuada, o Conselho Fiscal considera que o documento se encontra globalmente alinhado com os **princípios e valores mutualistas e com os fins estatutários da Associação**, apresentando uma estratégia de continuidade conjugada com objetivos de inovação, diversificação das fontes de financiamento e sustentabilidade e valorização patrimonial.

O Conselho Fiscal destaca positivamente a **sustentabilidade das modalidades de benefícios**, designadamente através dos mecanismos de verificação das despesas de saúde, da aplicação uniforme do Regulamento de Benefícios e da monitorização das comparticipações e quotizações.

Considera, igualmente relevante, a aposta na **diversificação das fontes de financiamento**, através da apresentação de candidaturas, execução de projetos financiados, estabelecimento de parcerias e desenvolvimento de atividades geradoras de receita, contribuindo para reduzir a dependência das fontes tradicionais de financiamento e reforçar a capacidade de intervenção da Associação.

Relativamente à **Casa Pousio**, o Conselho Fiscal regista a adoção de uma abordagem assente na avaliação das alternativas: a concretização do projeto de habitação intergeracional, caso seja possível assegurar financiamento privado em condições adequadas, ou a requalificação do edifício existente através de recursos próprios. Atendendo à dimensão estratégica e financeira deste investimento, o Conselho Fiscal recomenda que qualquer decisão seja precedida de uma avaliação rigorosa da capacidade financeira da Associação, salvaguardando a sustentabilidade da atividade corrente.

Da análise da **Conta de Exploração Previsional**, verifica-se que o orçamento apresentado prevê um resultado líquido positivo, traduzindo uma perspetiva de equilíbrio entre os rendimentos e os encargos da atividade programada.

Face ao exposto, o **Conselho Fiscal emite parecer favorável ao Programa de Ação e Orçamento para o Exercício de 2027 e recomenda a sua aprovação pela Assembleia Geral**, considerando que o documento

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851

apresenta condições para orientar a atividade da Associação durante o exercício, sem prejuízo da necessária adaptação às circunstâncias e oportunidades que se venham a verificar.

Gondomar, 30 de outubro de 2026,

O CONSELHO FISCAL

José Ferreira Dias

José Luís Loureiro Vasconcelos

Isabel Maria Ferreira Castro Ascenção

Rua 5 de Outubro, 135 - 4420-086 Gondomar
amut@amut.pt | amut.pt
+351 224 633 184 | 966 766 762
NIPC 501 634 851