



Associação de Oficiais  
das Forças Armadas

# Ficha de Protocolo

## Resumo do Protocolo

Entidade: **Sem Idade – Apoio Domiciliário, Lda.**

Local: **Em todo o Distrito de Lisboa, no Distrito de Setúbal nos Concelhos de Alcochete, Almada, Amora, Barreiro, Moita, Montijo e Seixal, no Distrito de Santarém nos Concelhos de Almeirim, Alpiarça, Cartaxo e Santarém**

Serviços/Produtos: **Serviços de apoio domiciliário**

Benefícios e Vantagens: **15% de desconto sobre os preços em vigor**

Aplicável a: **Sócios/as e familiares directos**

Em vigor desde: **14 de Março de 2014**

## Contactos da Entidade

Morada: **Rua Jaime Lopes Dias, Lote 1668 – Loja R/C A**

C. Postal: **1750-121**

Localidade: **Lisboa**

Telefone: **210 137 757**

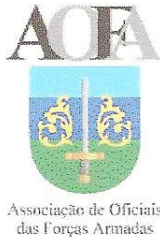
Telemóvel: **965 551 607** Fax: **217 594 249**

E-mail: **sem-idade@sapo.pt**

Site: **<http://www.sem-idade.com/>**

**Nota:** Para informação detalhada dos termos e condições deste protocolo queira, por favor, consultar a documentação em anexo. **Para o esclarecimento de eventuais questões queira, por favor, consultar directamente a Entidade Protocolada.**





**Sem Idade**  
Apoio Domiciliário

Cracel  
MM  
P

## PROTOCOLO

Entre:

**Sem Idade – Apoio Domiciliário, Lda.** com sede na Rua Jaime Lopes Dias, Lote 1668 – Loja R/C A, 1750-121 Lisboa, possuidora do Alvará nº. 10/2006, pessoa colectiva nº. 507 010 345, adiante designada por **Sem Idade**, representada neste acto pelas Sócias Gerente Mafalda Sousa e Melo e a Dr.ª. Mariana Machado que acumula a função de Directora Técnica. -----

E

**Associação de Oficiais das Forças Armadas**, com sede Rua Infanta D. Isabel, nº 27 C, 2780-064 Oeiras, pessoa coletiva nº. 503444626, adiante designada como **AOFA**, representada neste acto pelo Presidente do Conselho Nacional da AOFA o Coronel Manuel Martins Pereira Cracel. -----

É celebrado o presente Protocolo, que se subordinará às cláusulas seguintes: -----

### Cláusula Primeira (Apresentação)

1. O presente protocolo visa estabelecer um protocolo entre a **Sem Idade** e a **AOFA**, com o intuito de promover o bem-estar dos associados e familiares da **AOFA**, através da prestação de serviços de apoio domiciliário no conforto do seu lar. -----

### Cláusula Segunda (Objecto)

1. A **Sem Idade**, prestará serviços de apoio domiciliário aos associados da **AOFA** e respectivos familiares, em todo o Distrito de Lisboa, no Distrito de Setúbal nos Concelhos de Alcochete, Almada, Amora, Barreiro, Moita, Montijo e Seixal, no Distrito de Santarém nos Concelhos de Almeirim, Alpiarça, Cartaxo e Santarém, em conformidade com a legislação em vigor.
2. A **Sem Idade**, compromete-se a prestar aos associados da **AOFA** e seus familiares, os serviços (total ou parte) legalmente definidos no Despacho Normativo nº. 62/99 – Norma III – do Ministério do Trabalho e da Solidariedade, bem como outros serviços definidos na Norma V do mesmo despacho normativo.

### Cláusula Terceira (Serviços)

A **Sem Idade – Apoio Domiciliário**, disponibiliza aos associados da **AOFA** e respectivos familiares directos, de forma pontual ou contínua, os serviços seguintes:

- Cuidados de higiene e conforto pessoal;
- Manutenção da limpeza e arrumação da área da habitação onde se presta o apoio;
- Preparação e/ou confecção de alimentos no domicílio;
- Acompanhamento diurno e/ou nocturno;
- Administração de medicamentos mediante prescrição médica;
- Tratamento de roupas no domicílio;
- Serviço de acompanhamento em saídas ao exterior;
- Aquisição de bens e serviços;
- Cuidados médicos e de enfermagem no domicílio;
- Fisioterapia no domicílio;
- Apoio psico-social;
- Baby-sitting e Sénior-sitting;
- Apoio psicopedagógico a crianças e adolescentes;
- Apoio ao puerpério
- Teleassistência. -----

### Cláusula Quarta (Descontos)

1. A **Sem Idade** compromete-se a fazer um desconto de **15% (quinze por cento)** sobre os preços em vigor na tabela actual ao público (apoio pontual), aos associados da **AOFA** e respectivos familiares.
2. Em anexo encontra-se a tabela de preços da Sem Idade já com o respectivo com desconto.

**Cláusula Quinta**  
(Responsabilidade)

1. A **AOFA** não se responsabiliza pelos contratos celebrados e respectivos termos acordados entre os seus associados e a **Sem Idade**, na aquisição de produtos e serviços ou por quaisquer conflitos que possam surgir entre as partes.
2. A **Sem Idade**, compromete-se a efetuar trimestralmente, por intermédio da sua Direcção Técnica, um controlo de qualidade dos serviços prestados.

**Cláusula Sexta**  
(Divulgação)

1. A **AOFA** divulgará o conteúdo do presente protocolo, junto dos seus associados, através do respectivo site institucional, em [http://www.aofa.pt/documentos/regaliasprotocolos/64\\_0130.pdf](http://www.aofa.pt/documentos/regaliasprotocolos/64_0130.pdf) , bem como através de outros meios de divulgação que tiver ao seu dispor.
2. Do mesmo modo a **Sem Idade** divulgará no respectivo site institucional o presente protocolo.

**Cláusula Sétima**  
(Prazo de Vigência)

1. O prazo de validade deste protocolo de colaboração é de um ano, renovando-se por iguais períodos.
2. No caso de qualquer das partes pretender rescindir a sua colaboração, deverá comunicar a sua intenção por escrito com a antecedência mínima de 60 dias.





**Cláusula Oitava**  
(Contactos)

1 - As comunicações a realizar deverão ser efetuadas para as seguintes moradas:

**Sem Idade, Apoio Domiciliário Lda.**

Rua Jaime Lopes Dias, Lote 1668 Loja R/c A  
1750-124 Lisboa  
Tel.: 210 137 757  
Fax: 217 594 249  
Web: [www.sem-idade.com](http://www.sem-idade.com)  
E-mail: [sem-idade@sapo.pt](mailto:sem-idade@sapo.pt)

**Associação de Oficiais das Forças Armadas**

Rua Infanta D. Isabel, nº 27 C,  
2780-064 Oeiras,  
Tel.: 214 417 744  
Fax: 214 406 802  
Website: [www.aofa.pt](http://www.aofa.pt)  
E-mail: [geral@aofa.pt](mailto:geral@aofa.pt)

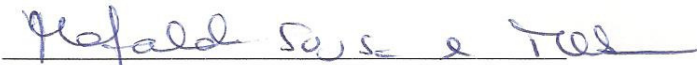
2 - As partes outorgantes comprometem-se reciprocamente a comunicar, por escrito, quaisquer alterações aos elementos indicados no número anterior. -----

Celebrado a 14 de Março de 2014, em duplicado, conferindo-se a ambos exemplares igual valor, ficando um exemplar para cada uma das partes. -----

Pela **Sem Idade – Apoio Domiciliário, Lda.**

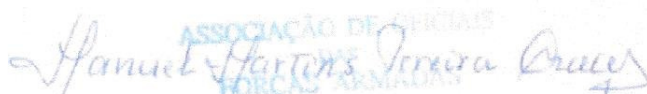


Dr<sup>a</sup>. Mariana Machado  
(Directora Técnica)



Mafalda Sousa e Melo  
(Sócia Gerente)

Pela **Associação de Oficiais das Forças Armadas**

  
ASSOCIAÇÃO DE OFICIAIS  
FORÇAS ARMADAS  
Apartado 2849 -- 1122 Lisboa Centro

Manuel Martins Pereira Cracel  
(Presidente do Conselho Nacional da AOFA)

## ANEXO

### TABELA DE PREÇOS COM DESCONTO

HIGIENE		
VALOR SESSÃO	SEG A SEX.	FINS-DE-SEM. E FERIADOS
	14.88 €	21.25 €

SERVIÇOS DOMÉSTICOS		
HORAS	V/H SEG. A SEX.	V/H SÁB. A DOM. / FERIADOS
2	6.37 €	7.65 €
4	5.95 €	7.22 €
6	5.52 €	6.80 €
8	5.10 €	6.37 €
10	4.67 €	5.95 €
12	4.25 €	5.52 €

HIGIENE + SERVIÇOS DOMÉSTICOS		
SERVIÇO PONTUAL		
HORAS	V/H SEG. A SEX.	V/H SÁB. A DOM. / FERIADOS
2	8.50 €	10.20 €
4	8.07 €	9.77 €
6	7.65 €	9.35 €
8	7.22 €	8.92 €
10	6.80 €	8.50 €
12	6.37 €	8.07 €
SERVIÇO CONTÍNUO		
PLANO	DIA	NOITE
	1.275.00 €	1.360.00 €
VALOR	24 HORAS – UTENTE AUTÓNOMO	24 HORAS – UTENTE DEPENDENTE
	1.700.00 €	2.380.00 €

Para qualquer serviço que se verifique com uma periodicidade superior a duas vezes por semana será elaborado um plano mensal de pagamento.

CUIDADOS DE ENFERMAGEM			
SERVIÇO PONTUAL			
VALOR HORA	12.75 €		
CURATIVOS	25.50 €		
INJEÇÕES	17.00 €		
SERVIÇO CONTÍNUO			
PLANO	DIA	NOITE	24 HORAS
VALOR	2.550.00 €	2.550.00 €	4.250.00 €

APOIO PSICOLÓGICO	
VALOR POR SESSÃO	29.75 €

FISIOTERAPIA	
VALOR POR SESSÃO	46.75 €



APOIO PSICOPEDAGÓGICO	
VALOR POR SESSÃO	17.00 €

BABYSITTING	
VALOR POR SESSÃO	8.50 €

SENIOR SITTING	
VALOR POR SESSÃO	8.50 €

**NOTA:** Todos os casos requerem uma avaliação social efectuada pela Direcção Técnica, que se poderá traduzir numa eventual alteração dos preços acima referidos.

Os valores referidos apresentam um desconto efectivo de 15%. A elaboração de um plano mensal, possibilitará, em alguns casos, valores superiores a 15%.

Consideram-se como domésticos os seguintes serviços:

- Limpeza e arrumação da área da habitação;
- Preparação e/ou confecção de refeições;
- Tratamento de roupas;
- Acompanhamento de saídas ao exterior,
- Aquisição de bens e serviços.



**Acreditamos que há alturas em que um apoio  
pode fazer toda a diferença!**

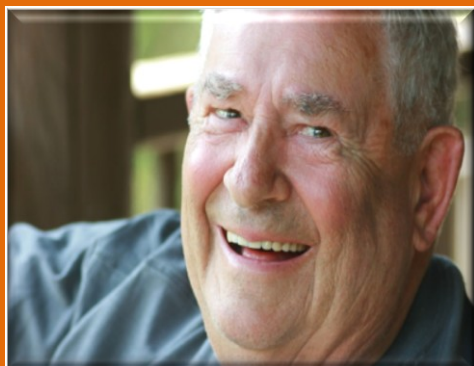
**Olhamos por si**



**Tratamos por si**





**Fazemos por si**








A **Sem Idade**  Apoio Domiciliário, é uma empresa de Apoio Domiciliários que assegura a prestação de cuidados pluridisciplinares, flexíveis, abrangentes e articulados de apoio social e de saúde. Dispondo do Alvará nº 10/2006, emitido pelo Centro Distrital de Segurança Social de Lisboa.

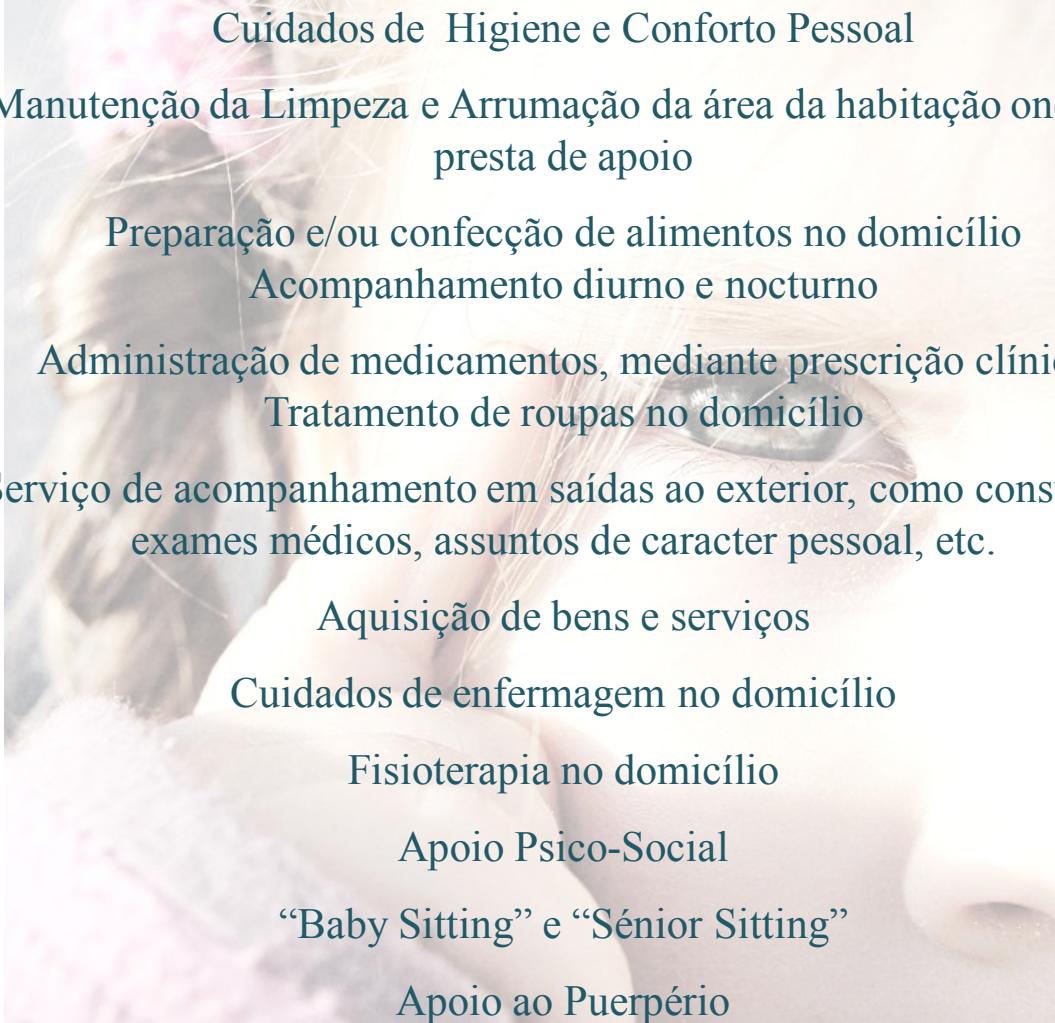
A **Sem Idade**  Apoio Domiciliário, garante a satisfação das necessidades básicas humanas e também cuidados de enfermagem e fisioterapia, entre outros, de natureza preventiva e curativa em casa previligiando sempre o ambiente familiar do utente.

Todos os nossos serviços são assegurados por uma equipa de profissionais multidisciplinares, competentes e atenciosos, criteriosamente seleccionados, de modo a garantir a máxima qualidade e o seu bem estar.

Para ter acesso aos nossos serviços, basta contactar-nos!



A **Sem Idade** Apoio Domiciliário  pode prestar, de forma pontual ou contínua, os seguintes serviços:

- 
- Cuidados de Higiene e Conforto Pessoal
  - Manutenção da Limpeza e Arrumação da área da habitação onde se presta de apoio
  - Preparação e/ou confecção de alimentos no domicílio
  - Acompanhamento diurno e nocturno
  - Administração de medicamentos, mediante prescrição clínica
  - Tratamento de roupas no domicílio
  - Serviço de acompanhamento em saídas ao exterior, como consultas, exames médicos, assuntos de carácter pessoal, etc.
  - Aquisição de bens e serviços
  - Cuidados de enfermagem no domicílio
  - Fisioterapia no domicílio
  - Apoio Psico-Social
  - “Baby Sitting” e “Sénior Sitting”
  - Apoio ao Puerpério
  - Médico ao domicílio
  - Teleassistência



**Consigo 24h por dia, 7 dias por semana**

**Sem Idade – Apoio Domiciliário, Lda.**

**Rua Jaime Lopes Dias, Lote 1668 – R/C A, 1750-124 Lisboa**

**Tel – 210137757 – 965551607 – 968439253 Fax – 217594249**

**[sem-idade@sapo.pt](mailto:sem-idade@sapo.pt) – [www.sem-idade.com](http://www.sem-idade.com)**