



## NOVOS PROTOCOLOS

No primeiro trimestre de 2024 foram celebrados pela AME os seguintes Protocolos com descontos para os Associados e suas famílias:

### OMR - Óptica Médica Rogério

(30% de desconto em Lentes Oftalmológicas, Lentes de Contacto, produtos de manutenção de lentes de contacto, todas as Armações exceto Cartier, Óculos de Sol exceto Cartier; 15% de desconto em Serviços de Audiologia; 120 € de desconto na compra de armações + lentes com antirreflexo; Consultas grátis de Optometria / contactologia; 50% desconto na compra de um par de óculos graduados + oferta do 2º par de lentes; válido até 31 dezembro 2024)

Rua Hintze Ribeiro, 593  
4450-692 Leça da Palmeira  
Tel: 229 956 551  
Tlm: 912 211 198

R. Alfredo Cunha, 231  
4450-023 Matosinhos  
Tel: 229 371 011  
Tlm: 919 554 494

Av. da República, 906  
4450-240 Matosinhos  
Tel: 229 370 035  
Tlm: 912 211 196

(continua)

## EDITORIAL

Passam, neste mês de março, cerca de dois anos sobre a invasão da Ucrânia pela Federação Russa. Esta guerra, iniciada a 24 de fevereiro de 2022, interrompeu um longo período de paz entre países soberanos europeus, e já destruiu a maior parte do património construído, civil e militar, num país com uma população e uma dimensão comparáveis à da Península Ibérica. Por outro lado, são enormes as consequências económicas e sociais que afetam os restantes países europeus, quer pelos crescentes custos da inevitável ajuda militar quer pelo aumento da inflação a nível mundial, com os seguintes aumentos dos custos dos produtos petrolíferos e dos empréstimos bancários, muito dificultando, nomeadamente, a aquisição, a manutenção ou o aluguer da habitação das famílias, em particular, as mais idosas e as das mais novas gerações. É na resposta a situações como esta, de grande impacto social, que as Mutualidades têm um papel muito importante a desempenhar, dadas as suas características de proximidade e, no caso da AME, de mobilização da capacidade de interajuda entre Colegas da mesma profissão. Por isso mesmo recordamos aos nossos Associados, Familiares e Amigos que a AME, como IPSS, pode usufruir gratuitamente de 0,5% do IRS por vós liquidado. Esta medida, sem qualquer custo para os contribuintes, tem vindo a ajudar significativamente a AME a reforçar os benefícios e as medidas de apoio social disponibilizados aos seus Associados.

Finalmente, para todos vão os desejos cordiais de uma Boa Páscoa.

João Almeida Fernandes  
Presidente da AME

## CONSIGNAÇÃO DO IRS DECLARAÇÃO 2023

Lembramos os nossos Associados, Familiares e Amigos que a AME, como IPSS, pode usufruir de 0.5% do seu IRS liquidado. Ao preencher a sua Declaração de IRS de 2023, não se esqueça de colocar o NIF da AME (**507 967 038**) no campo reservado para o efeito – consignação de 0,5% do IRS.

Esta medida, sem qualquer custo para os contribuintes, ajuda a AME a reforçar os benefícios e as medidas de apoio social disponibilizadas aos Associados.

**CONTAMOS CONSIGO!**

(continuação)

**OMR - Óptica Médica Rogério**

Av. Fabril Norte, 738, r/c  
4460-314 Senhora da Hora  
Tel: 229 551 180  
Tlm: 913 352 173

R. do Memorial, 244  
4575-032 Alpendorada e Matos  
Tel: 255 611 376  
Tlm: 912 596 201

R. Amália Rodrigues, 130, Loja 1  
4630-420 Marco de Canaveses  
Tel: 255 521 981  
Tlm: 917 860 531

Consulte todos os Protocolos  
celebrados, assim como as  
respetivas condições, [AQUI](#).

**ASSEMBLEIA GERAL DA AME**

Realizou-se no dia 21 de março, pelas 18h00, a Assembleia Geral Ordinária da AME, presidida pelo Eng.º Francisco Sousa Soares, Presidente da Mesa da Assembleia Geral, tendo presente a Convocatória oportunamente difundida.

Durante esta AG foi aprovado por unanimidade o Relatório e Contas do ano de 2023, apresentados pelo Presidente da Direção, Eng.º João Almeida Fernandes, e pelo Tesoureiro, Eng.º Aires Ferreira. O Parecer do Conselho Fiscal foi apresentado pelo Eng.º João Vaz Lopes, Vogal do CF. As Contas apresentam um resultado positivo de 5.286 €.

Por proposta da Direção, foi decidido atribuir o título de Membro Honorário (Coletivo) à Santa Casa da Misericórdia do Porto e à Santa Casa da Misericórdia de Gaia.

Foi ainda analisada e aprovada por unanimidade, uma proposta de alteração dos Estatutos de forma a torná-los conformes com o novo Código da Associações Mutualistas.

Foi também aprovada uma proposta de alteração do Regulamento de Benefícios da AME.



Eng.ª Maria dos Anjos Ramos | Eng.º Francisco Sousa Soares | Eng.º João Maria Prieto | Eng.º João Almeida Fernandes | Eng.º Aires Ferreira

# BOLETIM INFORMATIVO 56

trimestral  
março 2024

## SERVIÇO DE SAÚDE NA AME

O Serviço de Saúde tem funcionado num regime misto: consultas presenciais e teleconsultas, permitindo aos Associados escolher a modalidade mais conveniente.

Informações e Marcações:  
21 353 53 66

## A AME FUNCIONA COMO O SEU MÉDICO DE FAMÍLIA

O Serviço de Saúde da AME está credenciado para a prescrição eletrónica de medicamentos e também de meios complementares de diagnóstico, o que se traduz na possibilidade de acesso imediato à comparticipação do SNS, sem a necessidade de ter de recorrer ao Centro de Saúde para a emissão da respetiva requisição. A AME funciona como o seu Médico de Família.

Vimos lembrar a possibilidade de incluir no Serviço de Saúde da AME, para além dos Associados, o cônjuge, filhos, pais e sogros.



ASSOCIAÇÃO  
MUTUALISTA  
DOS  
ENGENHEIROS

## AS PRINCIPAIS BURLAS ONLINE, NÃO SE DEIXE ENGANAR



Na era da informação, os idosos têm-se tornado alvos preferenciais de burlões online. É importante estar informado e preparado para não se deixar enganar.

Neste artigo vamos dar a conhecer as principais burlas *online* e conselhos práticos para evitar ser burlado.

### 1. PHISHING

*Emails* fraudulentos solicitando dados pessoais, muitas vezes mascarados de comunicações oficiais:

- Nunca forneça dados pessoais ou financeiros em resposta a *emails* não solicitados.
- Verifique o endereço de *email* do remetente e procure por erros ortográficos ou gramaticais nos *emails*, pois são indicadores comuns de *phishing*.

### 2. BURLAS ROMÂNTICAS

Exploram a solidão, criando laços emocionais falsos para extorquir dinheiro:

- Desconfie de relacionamentos que progridem muito rapidamente ou quando o parceiro evita encontros presenciais.
- Nunca envie dinheiro ou informações financeiras a alguém que conheceu apenas *online*.
- Pesquise imagens e textos de perfis suspeitos para verificar a sua autenticidade.



## CORPO CLÍNICO

O Serviço de Saúde é dirigido pelo Dr. Esmeraldo Alfarroba, Médico Militar, e inclui consultas nas seguintes 15 especialidades:

### Clínica-geral

Dr. Esmeraldo Alfarroba

### Cardiologia

Dr. Armando Bordalo e Sá

### Endocrinologia (Diabetes, Nutrição)

Dra. Catarina Ivo

### Gastrenterologia

Prof. Dr. Manuel Silva e Sousa

### Ginecologia e Obstetrícia

Dra. Carla Leitão

### Neurocirurgia e Avaliação do Dano Corporal

Dr. Francisco Freire de Andrade

### Oftalmologia

Dr. Pedro Nunes

### Ortopedia

Dr. Sérgio Oliveira

### Otorrinolaringologia

Dr. Carlos Alves dos Santos

### Pneumologia

Dr. Esmeraldo Alfarroba

### Psicologia

Dra. Paula Pinto

### Psiquiatria

Dra. Teresa Babo

### Reumatologia

Dr. Pedro Gonçalves

### Terapia de Casal

Dra. Paula Pinto

### Urologia

Dr. Nuno Domingues

## AS PRINCIPAIS BURLAS ONLINE, NÃO SE DEIXE ENGANAR

### 3. FRAUDES DE CUIDADOS DE SAÚDE

Ofertas enganosas de seguros ou medicamentos a preços reduzidos:

- Verifique a autenticidade de qualquer oferta de seguro ou medicamento contactando diretamente as empresas por meios oficiais.
- Compre medicamentos apenas de farmácias credenciadas e reconhecidas.

### 4. APOIO TÉCNICO FALSO

Burlões fingem ser de empresas conhecidas para obter acesso a computadores e dados pessoais:

- Desconfie de chamadas não solicitadas de suporte técnico, especialmente se pedirem acesso remoto ao seu computador.
- Confirme a identidade do atendente contactando diretamente a empresa através de canais oficiais.

### 5. COMPRAS ONLINE FRAUDULENTAS

Sites falsos ou ofertas irrealistas que visam roubar dinheiro ou dados:

- Verifique a autenticidade de sites de compras verificando se o URL começa com "https://" e procurando por selos de segurança.
- Leia avaliações de outros clientes e verifiquem a reputação do vendedor antes de fazerem uma compra.

### 6. CHAMADAS AUTOMÁTICAS

Mensagens pré-gravadas com intuito de enganar ou coletar informações pessoais:

- Não forneça informações pessoais em resposta a chamadas automatizadas.
- Utilize aplicações de bloqueio de chamadas para filtrar e bloquear chamadas suspeitas.





## SERVIÇO DE SOLIDARIEDADE

A AME atribui subsídios nas seguintes situações:

- Solidariedade
- Nupcialidade
- Natalidade
- Auxílio escolar a estudantes de engenharia
- Desemprego
- Despesas de saúde
- Falecimento

O Serviço de Solidariedade corresponde à concretização do espírito mutualista: um grupo de pessoas que se associa para proteger, no seu conjunto, os associados que se encontrem a passar por situações de adversidade ou dificuldade.

Daí o nosso emblema, bem como o lema da AME:

***“Todos contribuem, recebe quem precisa”***

## AS PRINCIPAIS BURLAS ONLINE, NÃO SE DEIXE ENGANAR

### 7. FALSIFICAÇÃO DE IDENTIDADE GOVERNAMENTAL

Pressão de autoridades para obter informações ou dinheiro:

- Saiba que órgãos governamentais não entram em contacto para solicitar informações pessoais ou pagamentos por telefone ou *email*.
- Em caso de dúvida, contacte diretamente a instituição governamental por meio de um número de telefone ou endereço de *email* oficial.

### 8. LOTARIAS E PRÉMIOS FICTÍCIOS

Promessas de ganhos grandes que exigem pagamentos antecipados:

- Lembre-se de que é uma prática ilegal exigir pagamento para receber um prémio.
- Desconfie de promessas de prémios ou ganhos exorbitantes que exigem algum tipo de pagamento ou taxa antecipada.

### 9. EMERGÊNCIAS DE FAMÍLIA FALSAS

Alegações urgentes de problemas financeiros de membros da família para induzir transferências de dinheiro:

- Verifique a história contactando diretamente o membro da família supostamente em apuros por um meio de comunicação confiável.
- Não se apresse a enviar dinheiro sem confirmação independente da história.

### 10. BURLAS DE INVESTIMENTO

Propostas de investimentos lucrativos com risco mínimo para seduzir os mais incautos:

- Desconfie de qualquer investimento que prometa retornos elevados com pouco ou nenhum risco.
- Faça uma pesquisa aprofundada e considere consultar um conselheiro financeiro independente antes de fazer qualquer investimento.

(Fonte: APM-RedeMut)

# BOLETIM INFORMATIVO 56

trimestral  
março 2024

## PARCERIAS DA AME NA ÁREA DA SAÚDE

A AME já ultrapassou as 500 Parcerias na área da saúde com descontos para os Associados em todo o país.

Com a apresentação do Cartão de Associado da AME do ano em curso, os Associados e seus familiares diretos, podem usufruir de descontos em Farmácias, Clínicas, Hospitais, Laboratórios, etc.

Aproveite os descontos!

Consulte o [site da AME](#).

## ADIRA À AME

Convidam-se todos os Colegas a juntarem-se à AME, permitindo aumentar a interajuda entre Engenheiros.

Valor da joia: .....50 €

Valor da quota anual: .....60 €

Jovens com menos de 35 anos usufruem de **50% de desconto** na joia e na quota.

Preencha já o [formulário de adesão](#).



ASSOCIAÇÃO  
MUTUALISTA  
DOS  
ENGENHEIROS

## SEGURO DE SAÚDE

A AME tem ao dispor dos seus Associados um Seguro de Saúde Inovador:



- Sem inspeção médica (pré-existências);
- Sem limite de idade de subscrição;
- Sem limite de idade de vigência;
- Rescisão unilateral só possível ao Segurado.

Consulte no [site da AME](#) os diferentes Planos ao dispor dos Associados.

## PLANOS DE POUPANÇA E INVESTIMENTO



Encontram-se abertos à subscrição de Associados e respetivos familiares, os Planos de Poupança e Investimento, objeto do Protocolo celebrado pela AME com a **Victória Seguros**.

Estes Planos foram estudados para permitir constituir, de forma progressiva, fundos que venham complementar as reformas oficiais no final da vida profissional ativa, bem como programas de investimento, com alternativas de segurança e rentabilidade interessantes, numa situação de mercado em que é difícil encontrar alternativas fiáveis.

Os detalhes e a forma de subscrição destes Planos, encontram-se no [site da AME](#).

## CONSULTADORIA DE SEGUROS



Agora com um âmbito mais alargado através do Protocolo celebrado com o corretor **"CorBroker"**.

Informações disponíveis na Secretaria da AME ou por telefone.