



XVI ENCONTRO NACIONAL DO VOLUNTARIADO EM SAÚDE
Obrigado!?

PROGRAMA

- 09H00 – ABERTURA DO SECRETARIADO
- 09H15 – COFFEE BREAK DE BOAS-VINDAS
- 10H00 – QUE VOLUNTARIADO É PERCECIONADO PELOS MEDIA? — Margarida Vaquerio Lopes
- 10H45 – CERIMÓNIA OFICIAL
- 11H15 – HOMENAGENS
- 11H30 – A IGREJA E OS VALORES DO VOLUNTARIADO — Sr. Cardinal O. Américo Aguiar
- 12H15 – O VOLUNTARIADO VISTO PELO DOENTE — Deferio de Moura
- 12H30 – MOMENTO LÚDICO
- 13H00 – ALMOÇO
- 15H00 – O VOLUNTARIADO ENQUANTO TERAPÉUTICA — Bárbara Rios e Patrícia Tuna
- 15H45 – ENCERRAMENTO
- 16H00 – COFFEE BREAK DE DESPEDIDA

AUDITÓRIO DA **eshte**
ESCOLA DE HOTELARIA
E TURISMO DO ESTORIL
DAS 9 ÀS 16 HORAS
E 30 MINUTOS

INSCRIÇÕES
geral.fnsv@gmail.com
ATÉ 9 DE OUTUBRO

20€
Por inscrição inclui:
- Coffee break
- Almoço
- Certificado
- Pasto e crachá

Liga dos Amigos do Hospital de Viana do Castelo

Peregrinação a Fátima

A Liga dos Amigos do Hospital de Viana do Castelo teve uma boa representação na peregrinação promovida pela Federação Portuguesa de Dadores Benévolos de Sangue, proporcionando transporte a Dadores de Sangue de diversos concelhos do distrito, enquadrados por dirigentes/Voluntárias da Liga



Liga dos Amigos do Hospital Egas Moniz

Novo Site da LAHEM | Estamos mais perto de si!



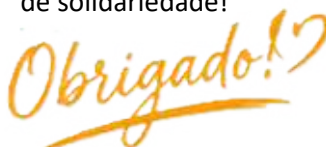
É com grande orgulho que apresentamos o novo site da LAHEM Liga dos Amigos do Hospital Egas Moniz!

Desenvolvemos uma plataforma renovada, mais simples e totalmente adaptada ao telemóvel e computador. O nosso objetivo permanece o mesmo desde 1989: humanizar o acolhimento e cuidar do utente no Hospital Egas Moniz.

No novo site já pode:

- ◆ Inscrever-se no Voluntariado: Junte-se à nossa equipa e doe parte do seu tempo.
- ◆ Tornar-se Sócio: Formalize a sua adesão e ajude a garantir a sustentabilidade dos nossos projetos.
- ◆ Apoiar os Projetos: Saiba como doar ou consignar 0,5% do seu IRS sem custos (NIF 503 444 537).
- ◆ Transparência: Consulte relatórios e documentos oficiais da nossa IPSS.

Visite-nos em: www.lahem.pt e faça parte desta ponte de solidariedade!



**Já somos mais de
300 participantes**

Liga dos Amigos do Hospital de S. Pedro de Vila Real

Mais conforto para os pequeninos 🍷

A Liga dos Amigos ofereceu ao Serviço de Pediatria um cadeirão reclinável e uma televisão, para tornar os momentos de tratamento e realização de exames das nossas crianças mais confortáveis e acolhedores. Porque os momentos de espera e de recuperação merecem ser vividos com o máximo de conforto possível, e é assim, passo a passo, que continuamos a humanizar os cuidados de saúde.



Liga dos Amigos do Hospital Padre Américo**Jornadas Conjuntas da Liga dos Amigos do HPA e do Serviço Social "CAMINHOS QUE SE CRUZAM**

Multiculturalidade: Construindo Pontes no Acesso à Saúde": é este o lema das Jornadas Conjuntas da Liga de Amigos do Hospital Padre Américo e do Serviço Social da ULSTS, dia 9 de outubro, no Auditório do DFIIID do Hospital Padre Américo.

Há caminhos que se cruzam para cuidar, apoiar, acompanhar e fazer a diferença. É com este propósito que a Liga de Amigos do Hospital Padre Américo (LAHPA) e o Serviço Social da Unidade Local de Saúde do Tâmega e Sousa (ULSTS) se unem na organização de "Caminhos que se Cruzam", uma iniciativa que pretende criar um espaço de reflexão, partilha e sensibilização em torno da intervenção e apoio social em contexto de saúde. Assim, no dia 9 de outubro, o Hospital Padre Américo será palco de um encontro que aproxima profissionais, instituições e comunidade, valorizando experiências, boas práticas e os desafios que diariamente se colocam no acompanhamento dos utentes e das suas famílias. Mais do que umas Jornadas, "Caminhos que se Cruzam" é um convite ao encontro, à partilha e à construção conjunta de respostas mais próximas e humanas. Estas Jornadas são de inscrição gratuita, dirigidas a todos os profissionais de saúde do setor público, social e privado, bem como à Comunidade em geral.

Porque cuidar também é saber caminhar juntos**o Dia da Grávida**

foi assinalado no dia 9 de setembro no serviço de Ginecologia/Obstetrícia com o apoio da Liga dos Amigos do HPA. Realizaram-se iniciativas dedicadas à promoção do bem-estar e da literacia em saúde. No internamento, as grávidas viveram um momento especial, pensado para celebrar esta fase única e criar boas memórias. A iniciativa incluiu a oferta de um pequeno lanche e de uma lembrança simbólica. No hall do hospital o serviço promoveu uma exposição com informação sobre cuidados a ter durante a gravidez.



**XVI ENCONTRO
NACIONAL
DO VOLUNTARIADO
EM SAÚDE**
Obrigado!?

É com grande satisfação que a Federação informa da muito grande adesão, quer das Associações, quer das Ligas e seus Voluntários e Dirigentes, na participação no **XVI Encontro Nacional. Somos muito mais de 300 participantes.**

A Vossa presença, é para nós um incentivo e um alento para continuarmos a conduzir os destinos da Federação.



"Multiculturalidade: construindo pontes no acesso à saúde"
9 de outubro de 2026

Local: Auditório do Hospital Padre Américo

PROGRAMA

09h00 - Abertura do Secretariado

09h30 - Sessão de Abertura

09h45 - 1º Painel: Migração e Inclusão: Caminhos, Respostas e Desafios

Moderadora: Dra. Filipa Carneiro - Diretora Clínica da ULS TS

Aproximar respostas, promover inclusão

Comunidade Intermunicipal do Tâmega e Sousa - Projeto Balcão móvel para a Inclusão da população Migrante - Dra. Joana Ferreira

Acolher, Acompanhar, Regressar

Serviço Jesuíta aos Refugiados - Portugal - Dra. Beatriz Cacheira

10h45 Momento de Pausa

11h15 - 2º Painel: O Contributo do Voluntariado no Acolhimento e Humanização no Acesso aos Cuidados de Saúde

Moderador: José Manuel Oliveira - Presidente da Liga dos Amigos do HPA

O Contributo do Provedor do Utente

Unidade Local de Saúde Tâmega e Sousa - Provedor do Utente - Dr. Almiro Mateus

ORGANIZAÇÃO: Liga dos Amigos do HPA e Serviço Social da ULST



Liga dos Amigos do Hospital de Viana do Castelo



Liga dos Amigos do Centro Hospitalar do Baixo Vouga

Tomar uma vacina, recolher sangue para análise ou fazer um curativo, são para as crianças que passam pela Consulta Externa de Pediatria do Hospital de Aveiro, procedimentos pouco agradáveis.

A enfermagem que os atende minora os efeitos com a colocação de pensos adesivos com heróis da banda desenhada, que os elementos integrantes adquiriam.

A Liga dos Amigos do CHBV assumiu o fornecimento e efetuou a primeira entrega.



A Exposição dos Trajes está um espetáculo!

É uma oportunidade única de ver a criatividade e a capacidade de execução das Voluntárias e das Enfermeiras que confeccionaram os trajes concorrentes. A não perder!

Abre hoje às 17 horas - Antigos Paços do Concelho





Liga dos Amigos do Centro Hospitalar de Gaia

Na semana passada, a equipa de futebol da ULS Gaia e Espinho – Liga de Amigos do Hospital de Gaia entrou em campo, no Parque da Lavandeira, para um encontro muito especial com o Futebol Clube do Porto Vintage. Com algumas antigas glórias do FC Porto do outro lado, o desafio prometia. E os nossos jogadores estiveram à altura: fizeram um jogo espetacular, com muita entrega, boa disposição e, acima de tudo, muito espírito de equipa.

No fim, o resultado passou a ser apenas um detalhe. O que fica é a memória de uma excelente manhã de convívio, muitas histórias para contar e a certeza de que, dentro e fora das quatro linhas, esta equipa sabe jogar junta.

Foi uma grande manhã de futebol. E de amizade. ❤️⚽

Um evento assim não se faz sozinho. Por isso, deixamos um agradecimento a todas as pessoas e instituições que ajudaram a torná-lo possível:

- Liga de Amigos do Centro Hospitalar de Gaia
- Futebol Clube do Porto Vintage
- Câmara Municipal de Gaia
- Federação das Coletividades de Gaia
- Associação de Futebol do Porto
- Fanfarra de Oliveira do Douro

📷 Um agradecimento muito especial ao Diogo Rocha e a toda a equipa da UNDERCOVER, pela reportagem fotográfica que nos permite guardar este dia em imagens.



FARMÁCIA CENTRAL
O V A R

10% de desconto sobre o valor pago pelo utente, com exceção de medicamentos com margens inferiores a 10%, medicamentos sujeitos a receita médica não comparticipados e produtos de auto-medicação de glicémia.



▪ 10% de desconto em compras na Farmácia d'Arrábida e na Ortopedia d'Arrábida, ambas situadas no Centro Comercial Arrábida Shopping. Este desconto não é acumulável com outras campanhas/promoções e exclui os seguintes produtos:

- Produtos das categorias de leites, fraldas, resguardos de adulto e de criança e/ou produtos de incontinência urinária e todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum.
- Medicamentos sujeitos a receita médica comparticipados e não comparticipados de valor igual ou superior a €50.

▪ 5% de desconto no website www.farmaciadarrabida.pt em todos os produtos, à exceção de leites, fraldas, toalhetas, resguardos e outros produtos de incontinência. Estão ainda excluídos todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS



<http://www.voluntariadoemsaude.org>



FICHA TÉCNICA:

BOLETIM INFORMATIVO

Propriedade FNVS

Rua do Crasto, 749 4150-247 Porto

Tel: - 969032696 / 962319818

geral@fnvs@gmail.com

<http://www.voluntariadoemsaude.org>

Distribuição gratuita – formato digital

Listagem de Protocolos



- 10% de desconto sobre todos os MSRM /MNSRM (excepto produtos com PVP superior a 50€);
- 10% de desconto em todos os outros segmentos da Farmácia (Dermocosmética, puericultura, fitoterapia, homeopatia, etc.)
- 10% de desconto em produtos de Ortopedia (temos um espaço com ortopedia e uma gama ampla de produtos em exposição, EPI's)



Clínica de Coimbra

Rua do Brasil, nº 305 , Coimbra, Portugal, 3030-175

Clínica de Seia

Rua do comércio, nº 83-85

6270-133 Paranhos da Beira

- 20% de desconto sobre a nossa tabela dos tratamentos dentários generalistas (extrações, restaurações, destartarizações).
- Ficam excluídos do presente Protocolo tratamentos especializados como implantologia, ortodontia, prostodontia removível ou fixa, endodontia, periodontologia ou oclusão.



A **Termalístur** – Termas de São Pedro do Sul E.M., S.A. , nos termos deste Protocolo, assume o compromisso de garantir, em condições mais vantajosas às do público em geral – descontos de 20% entre 1 de dezembro e 28 de fevereiro e de 5% entre 1 de março e 30 de novembro em todas as Curas Termais, a realizar nas Termas de São Pedro do Sul (estes descontos não são acumuláveis com outros descontos disponíveis nas Termas de São Pedro do Sul)



Condições de utilização do cartão BP Bónus:

- Desconto nos produtos Ultimate (gasóleo e gasolina Ultimate): até 0,08€/L
- Desconto nos combustíveis Simples: até 0,06€/L
- Permite a utilização por familiares.
- O Cartão Bónus é um cartão de desconto, não é um cartão de pagamento
- Cada cartão só poderá efetuar um máximo de 5 abastecimentos diários com um volume máximo global diário de 500€



Maleri Cabeleireiro Estética

Corte homem / mulher, coloração, madeixas e depilação.

Lashes By Me - Jéssica

Extensão de Pestanas, unhas de gel / verniz gel

10%

Rua Nova da Balsa, 44 fr , Viseu



SMILE.UP

CLÍNICAS DENTÁRIAS



Vantagens do protocolo Smile.up

Preços reduzidos em todos os tratamentos, aplicados através da utilização da tabela de preços de protocolo:



BRANQUEAMENTO

Até
-25%



ORTODONTIA

Até
-15%



TRATAMENTOS GENERALISTAS

Até
-15%



IMPLANTOLOGIA E PRÓTESE FIXA

Até
-15%



HIGIENE ORAL

Até
-10%



PRÓTESE REMOVIVEL

Até
-10%

As nossas 79 clínicas

NORTE

Amarante
Arcos de Valdevez
Barcelos
Braga
Bragança
Chaves
Fafe
Guimarães – Espaço Guimarães Shopping
Guimarães – Av. Conde Margaride
Paços de Ferreira
Póvoa de Varzim
Santo Tirso
V.N. Famalicão
Viana do Castelo
Vila Real – Av. Carvalho Araújo
Vila Verde

GRANDE PORTO

Ermesinde
Gondomar
Matosinhos
Paredes
Penafiel
Porto - Areosa
Porto - Amial
Porto – Campo Alegre
Porto – Trindade
V.N.Gaia
Carvalhos – V.N.Gaia

CENTRO

Águeda
Aveiro
Benedita
Caldas da Rainha – Shopping La Vie
Cantanhede
Castelo Branco
Coimbra
Covilhã – Serra Shopping
Espinho
Figueira da Foz – Rua da República
Figueira da Foz – Rua Miguel Bombarda
Guarda
Ílhavo
Leiria
Pombal
Santarém
São João da Madeira
Tomar
Torres Novas
Viseu – Fórum Viseu
Viseu – Av. Dr. Alexandre Alves

ALENTEJO

Almodôvar
Beja
Évora
Sines

MADEIRA

Funchal

GRANDE LISBOA

Alfragide – Shopping Alegro
Algés
Almada
Barreiro – Fórum Barreiro
Lisboa – Alcântara
Lisboa – Alvalade
Lisboa – Arroios
Lisboa – Benfica
Lisboa – El Corte Inglés
Lisboa - Lumiar
Loures
Montijo
Odivelas
Queluz
Setúbal
Torres Vedras
Vila Franca de Xira

ALGARVE

Albufeira
Faro
Lagoa
Lagos
Loulé
Olhão
Portimão
Silves
Tavira



Farmácia do Instituto Pereira Zagalo Ovar

Rua Cândido dos Reis, 73. Ovar.
256 574 606

10% de desconto no valor a liquidar pelo utente em todos os medicamentos e produtos farmacêuticos. aos vossos associados e colaboradores devidamente identificados



APOIO AO CLIENTE

Farmácia d'Arrábida
Centro Comercial Arrábida Shopping, Loja 030
4400-346 Vila Nova de Gaia
www.farmaciadarrabida.pt

- **10% de desconto** em compras na Farmácia d'Arrábida e na Ortopedia d'Arrábida, ambas situadas no Centro Comercial Arrábida Shopping. Este desconto não é acumulável com outras campanhas /promoções e exclui os seguintes produtos:

- Produtos das categorias de leites, fraldas, resguardos de adulto e de criança e/ou produtos de incontinência urinária e todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum.
- Medicamentos sujeitos a receita médica comparticipados e não comparticipados de valor igual ou superior a €50.
- **5% de desconto** no website www.farmaciadarrabida.pt em todos os produtos, à exceção de leites, fraldas, toalhetas, resguardos e outros produtos de incontinência. Estão ainda excluídos todos os artigos das marcas Pasito a Pasito e Walking Mum



Av. João Paulo II lote 22 loja 5,
5000-198 Vila Real

As condições especiais são:

- **2.5%** de desconto em implantologia e ortodontia no valor do tratamento
- **5%** de desconto em dentisteria e restantes tratamentos
- **10%** de desconto em branqueamento dentário



Clínica Médico-Dentária da Gândara dos Olivais

**Desconto de 10% no valor das
nossas consultas**

Rua 25 de Abril nº465, r/chão
2400-488 Leiria

ALBERGARIA-A-VELHA - Rua José Nunes Alves, nº 21
3850-076 Albergaria-a-Velha

AVEIRO – Praça Humberto Delgado, nº12, R/C
3810-117 Aveiro

CARREGAL DO SAL - Rua Dr. Afonso Costa, nº1
3430-003 Carregal do Sal

COVILHÃ – Rés-do-chão do Hospital Pero da Covilhã
6200-251 Covilhã

GUARDA – Largo Frei Pedro, nº42
6300-711 Guarda

OLIVEIRA DE AZEMÉIS – R. Dr. Salvador Tavares
Machado n.º 33

3720-246 Oliveira de Azeméis

PESO DA RÉGUA – Rua dos Camilos, nº3
5050-273 Peso da Régua

PORTO – Rua da Constituição, nº913
4200-020 Porto

SEIA – Rua 1º de maio
6270-479 Seia

VILA NOVA DE GAIA – Av. da República, Ed. Gaya,
nº1820 Loja 2

4430-194 Vila Nova de Gaia

VEISEU – Av. António José de Almeida, nº40 R/C
3510-120 Viseu

VEISEU – Largo General Humberto Delgado, nº9/11
3500-139 Viseu

VEISEU – Palácio do Gelo, Piso 0 – Loja 023
3500-606 Viseu



**Os seus óculos com
inteligência artificial?
Sim, Temos!**

Descrição do produto ou serviço desconto de:
Lentes*

Unifocais/progressivas 40% (quarenta)

Armações da marca indigo (marca exclusiva omb) 40%
(quarenta)

Óculos de sol** 20% (vinte)

Armações multimarcas** 20% (vinte)

Lentes oftálmicas essilor/zeiss*** 10% (dez)

Lentes de contacto 10% (dez)

Produtos de limpeza e desinfecção de lentes de contacto
10% (dez)

Outros artigos 10% (dez)

Serviço de assistência técnica e pós-venda gratuito

Serviço de consultas de optometria / contactologia
gratuito

Campimetrias / retinografias / top. Corneanas / treinos
visuais 20% (vinte)

Medição de tensão ocular gratuito

Palace Hotel & Spa Termas de São Tiago (Quinta do
Cafalado - 6090-543 Penamacor

Palace Hotel & Spa Termas de São Miguel (Serra da
Esgalhada - 6370-183 Fornos de Algodres

Palace Hotel & Spa Termas de São Vicente (Rua
Alameda D. Rosa Branca Archer, nº 51 - 4575-373
Pinheiro- Penafiel

Palace Hotel & Spa Termas do Bicanho (Freguesia de
Samuel - 3130-112 Soure, Coimbra

Palace Hotel & Spa Astúrias (Rua dos Balneários, nº 334,
3600-398 Termas do Carvalhal - Castro Daire

Palace Hotel & Spa Monte Rio Termas de São Pedro do
Sul (Estrada da Lameira, Cruzamento com a variante
Várzea - 3660-688 São Pedro do Sul

Plácido Hotel Douro Tabuaço (Quinta de S. Plácido -
5120-413 Tabuaço

Hotel Monte Rio Barragem da Aguieira (Cruzamento
com o IP3, junto ao acesso da Barragem da Aguieira -
3450-011 Almaça, Mortágua



Grupo Desenvolvimento
Termas de Portugal

**Um desconto de 15%
(quinze por cento) em
todas as estadias nas
Unidades Hoteleiras
indicadas.**



Ergovisão
Para os seus olhos

Usfrua de vantagens especiais na Ergovisão

25% Desconto

Em óculos de sol*, armações*, lentes oftálmicas e lentes de contacto

10% Desconto

Em líquidos de contactologia e produtos diversos

50% Desconto

Na primeira aquisição de lentes oftálmicas da marca Pentax

Marque já a sua consulta

- Optometria
- Oftalmologia
- Contactologia
- Baixa visão
- Audiologia

ergovisao.pt

ergovisão

Conheça a rede de lojas Ergovisão:

Aguilar da Beira

Avenida da Liberdade, n.º 52 | Tel 232 687 087

Aveiro

Rua de Coimbra, n.º 1 | Tel 234 426 240

Braga

Av. da Liberdade, 494 | Tel 253 273 062

Castro Daire

Avenida 5 de Outubro, n.º 21 | Tel 232 374 155

Estarreja

Av. Visconde Valdemouro, Ed. Galerias Santo António | Tel 234 028 019

Gondomar

Avenida 25 de Abril, n.º 90 | Tel 220 931 168

Leiria

Avenida Heróis de Angola, n.º 74 | Tel 244 837 837

Mangualde

Rua dos Combatentes da Grande Guerra, n.º 49 | Tel 232 185 766

Nelas

Avenida João XXIII, Edifício Central, P 0 - Loja 20 | Tel 232 945 099

Oliveira Frades

Avenida Dr. António José Almeida, Bloco B, n.º 24 Loja 1 | Tel 232 763 522

Penalva do Castelo

Rua Primeiro de Dezembro, n.º 57 | Tel 232 643 210

Porto

Rua Passos Manuel, n.º 22 | Tel 222 073 300
Largo Ferreira Lapa n.º 48 | Tel 226 095 760

São João Madeira

Avenida Dr. Renato Araújo, n.º 329 | Tel 256 838 721

Sátão

Rua Dr. Hilário Almeida Pereira, n.º 175B | Tel 232 982 496

Vila Nova de Gaia

Avenida da República, n.º 1368 | Tel 223 753 134

Viseu

Rua Alexandre Herculano, n.º 182 | Tel 232 414 850
Rua Alves Martins - Ed. Liberal, Loja 3AG | Tel 232 423 264

Consulte online toda a nossa rede de lojas em:
ergovisao.pt/rede-de-lojas-opticas



Farmácia Nery

Desconto de 10% direto em todas as faturas do valor pago pelo utente, com a exceção dos medicamentos sujeitos a receita médica não comparticipados com preço superior a 50€, nos quais o desconto a aplicar será de 5€.

Bairro do Vale, lote 44 - Abraveses, Viseu



Largo de Infanteria 7, 25 r/c
2410-111 Leiria

CONDIÇÕES ESPECÍFICAS

Descontos aplicados sobre a tabela de preços para particulares
100% Desconto na 1ª consulta (consulta de diagnóstico – inclui rx panorâmico)
50% Desconto na 1ª Higiene Oral
20% Desconto em Implantologia, Prótese, Ortodontia (exclui alinhadores invisíveis), Endodontia, Cirurgia Oral e Periodontologia, Dentisteria Operatória, Medicina Dentária Preventiva, Oclusão, Radiologia, Branqueamento.

CLÍNICAS ABRANGIDAS

Parceria válida nas clínicas **GSD Dental Clinics** de Lisboa (Marquês de Pombal, Benfica e Alcântara), Belas, Torres Vedras, Leiria, Peniche e Caldas da Rainha. Os descontos apresentados são válidos para os possuidores do Cartão Nacional do Voluntariado em Saúde e agregado familiar (familiares diretos) e não são acumuláveis com outras ofertas ou promoções em vigor.

FIRSTSTOP
Perto do seu carro. Mais perto de si.

RECAUCHUTAGEM LAMECA, LDA

Nº 22 - agosto 2026

10% em todos os serviços.
Aos Voluntários e seus familiares mediante apresentação do Cartão

PNEUS BATERIAS ÓLEO
FILTROS TRAVÕES NITROGÉNIO

FAÇA A MANUTENÇÃO DA SUA VIATURA

BRIDGESTONE **FIRSTSTOP** **Firestone**

☎ 254 612 125 / 254 611 053 / 4 ☎ 254 615 926
Lugar da Preguiça – ✉ recauchutagemlameca@mail.telepac.pt – 5100-160 L A M E G O

Tabela de Preços/Condições



Rua 25 Abril, Bloco 2A
Quinta das Lages, Lamego

Designação	Público em Geral	Integrantes do Protocolo
Jóia de Inscrição	50€	18,50€
Taxa de Renovação	18,50€	18,50€
Factory S (Livre trânsito e plano de fidelização de 12 meses)	34,90€/mês	28,90€/mês
Acompanhamento Nutricional	INCLUÍDO	INCLUÍDO
Aulas de Grupo	2,99€/mês	OFERTA
*Oferta das mesmas condições de adesão a 1 familiar direto (cônjuge/filhos)		