

---

# Regulamento de Benefícios

---

Aprovado na Assembleia Geral  
de 15 de maio de 2026

---

Atuário Titular: Henrique  
Oliveira Pêgas

---



## ÍNDICE

CAPÍTULO I.....	3
DISPOSIÇÕES GERAIS.....	3
CAPÍTULO II.....	8
MODALIDADES DE BENEFÍCIOS ATRAVÉS DE PRESTAÇÕES PECUNIÁRIAS.....	8
SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar.....	8
SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual .....	10
SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA .....	12
PREVIDÊNCIA JOVEM – POUPANÇA MEALHEIRO.....	14
CAPÍTULO III.....	15
MODALIDADES DE BENEFÍCIOS ATRAVÉS DE PRESTAÇÕES EM ESPÉCIE.....	15
ASSISTÊNCIA À IDADE SÊNIOR.....	15
SAÚDE E BEM-ESTAR .....	16
ASSOCIADO JOVEM .....	17
ASSOCIADO ADERENTE.....	18
ASSOCIADO CONTRIBUINTE .....	19
CAPÍTULO IV .....	21
DISPOSIÇÕES TRANSITÓRIAS.....	21

## CAPÍTULO I

### DISPOSIÇÕES GERAIS

#### **Artigo 1º**

(Modalidades de benefícios)

1. Em cumprimento do artigo 29.º do Código das Associações Mutualistas (CAM), o presente REGULAMENTO DE BENEFÍCIOS d' A Beneficência Familiar – Associação de Socorros Mútuos, adiante designada por ABF, estrutura as diferentes modalidades de benefícios por ela proporcionadas aos seus associados. Em concreto, regula, para cada modalidade: i) as condições gerais de adesão ou subscrição; ii) o montante e as condições de atribuição dos benefícios concedidos através de prestações pecuniárias ou em espécie; iii) o montante e o destino das quotizações pagas pelos associados; iv) a idade mínima e máxima dos associados, na data da subscrição e v) os prazos de garantia exigidos para a concessão dos benefícios, quando aplicáveis.
2. As modalidades de benefícios constantes do presente Regulamento estruturam-se, de acordo com o n.º 4 do artigo 5.º do CAM, a partir do conceito de benefícios: “as prestações, pecuniárias ou em espécie, atribuídas pelas associações mutualistas no quadro de um sistema de proteção social complementar e para as quais os respetivos associados contribuem mediante o pagamento de uma quota, determinada de acordo com o regulamento de benefícios”. Assim, os pontos seguintes agrupam as modalidades de benefícios, baseando-se nesta definição legal.
3. **Modalidades de benefícios concedidos através de prestações pecuniárias** atribuídas aos associados, para a “concessão de benefícios de segurança social”, na prossecução dos fins fundamentais das associações mutualistas (n.º 1 do artigo 2.º do CAM e alínea a) do n.º 1 do artigo 3.º dos Estatutos):
  - a) Subsídio de Funeral de base familiar;
  - b) Subsídio de Funeral de base individual;
  - c) Subsídio de Previdência;
  - d) Previdência Jovem - Poupança Mealheiro.
4. **Modalidades de benefícios concedidos através de prestações em espécie** atribuídas aos associados, para a “concessão de benefícios de saúde” (n.º 1 do artigo 2.º do CAM e alínea b) do n.º 1 do artigo 3.º dos Estatutos) e “organização e gestão” “de outras atividades que visem especialmente a promoção da qualidade de vida ou da cidadania dos associados e suas famílias” (n.º 2 do artigo 2.º do CAM e n.º 2 do artigo 4.º dos Estatutos):
  - a) Assistência à Idade Sénior;
  - b) Saúde e Bem-estar;
  - c) Associado/a Jovem;
  - d) Associado/a Aderente;
  - e) Associado/a Contribuinte.
5. Para a prossecução das modalidades de benefícios concedidos através de prestações em espécie, referidas no ponto anterior, é definida a prestação de um conjunto de serviços, realizada diretamente pela ABF, ou em associação ou em parceria com outras entidades:
  - a) Assistência Médica e Medicamentosa e Fisioterapia, em clínica e no domicílio;
  - b) Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica;

- c) Ginásio, Hidroterapia e SPA;
  - d) Parafarmácia e produtos ortopédicos;
  - e) Ótica e Optometria;
  - f) Audiologia;
  - g) Cantina;
  - h) Universidade Sénior Mutualista;
  - i) Viagens de cultura e recreio;
  - j) Aconselhamento em seguros e sistemas complementares de Previdência;
  - k) Serviços financeiros de âmbito social;
  - l) Transporte de associados doentes;
  - m) Serviços fúnebres.
6. A cada modalidade de benefícios corresponde uma conta individualizada (de custos e proveitos) de modo a permitir avaliar anualmente a sustentabilidade técnica e financeira de cada modalidade, nos precisos termos exigidos pelo CAM.
7. Além dos associados individuais da ABF, subscritores de uma das modalidades de benefícios concedidos através de prestações em espécie, também os subscritores da modalidade Subsídio de Funeral de base familiar terão acesso à prestação da totalidade dos serviços mencionados no n.º 5 deste artigo, de acordo com as condições definidas no Regulamento de Acesso a Serviços da ABF.

#### **Artigo 2º**

(Admissão ou readmissão de associados)

1. A admissão ou a readmissão de um candidato a associado efetivo, para além da subscrição da modalidade Subsídio de Funeral de base familiar ou de uma das modalidades de benefícios concedidos através de prestações em espécie, dependerá da idade à data da subscrição – de acordo com o estipulado neste Regulamento, na respetiva modalidade (quando aplicável) – assim como da aprovação médica, a qual será efetuada através de exame médico direto, ou de Declaração do Estado de Saúde, preenchida pelo requerente, no termos do Regulamento de Serviços da ABF.
2. As restantes modalidades de benefícios concedidos através de prestações pecuniárias, designadas no n.º 3 do artigo 1.º deste Regulamento, nomeadamente nas alíneas b) Subsídio de Funeral de base individual, c) Subsídio de Previdência e d) Previdência Jovem - Poupança Mealheiro apenas estão acessíveis para os associados efetivos da ABF, pelo que a sua subscrição não confere aos subscritores a qualidade de associado, ou seja, não é condição suficiente de admissibilidade.
3. Ao candidato rejeitado na inspeção médica ou em resultado da Declaração referida no ponto anterior, é facultado solicitar um exame de recurso, nos 15 dias seguintes à data da rejeição, o qual será feito por uma junta composta por três médicos, sendo um designado pelo Conselho de Administração, outro pelo candidato e o terceiro por acordo entre os dois designados.

#### **Artigo 3º**

(Quotas)

1. Por cada subscrição será devida uma quota calculada de harmonia com os valores constantes no presente Regulamento de Benefícios.
2. As quotas vencem-se no primeiro dia do período a que se reportam e o seu pagamento pode ser mensal, trimestral, semestral ou anual.

3. O Conselho de Administração pode determinar um valor mínimo da quota ou quotas a cobrar conjuntamente.
4. O valor da quota e o seu destino serão definidos pela Assembleia Geral de Associados, sob proposta do Conselho de Administração.
5. No cumprimento do artigo 38.º do CAM, relativo aos “Efeitos da saída dos associados”, “A eliminação ou expulsão dos associados determina a perda dos benefícios correspondentes às quotas pagas e não confere direito a qualquer reembolso”.
6. A eliminação de um associado, por expulsão ou exoneração, implica a perda, a favor da ABF, de todas as prestações pecuniárias pagas, assim como a obrigação de restituir à ABF todos os benefícios dela recebidos, quando aplicável, de acordo com o artigo 10.º dos Estatutos.

#### **Artigo 4º**

(Liberação de modalidades com capitalização)

1. Todos os associados subscritores de modalidades de benefícios que impliquem capitalização têm a faculdade de liberar as suas subscrições. O valor a entregar será determinado por aplicação das bases técnicas atuariais, aprovadas pelas entidades oficiais competentes.
2. A subscrição liberada deverá ter em conta, em simultâneo, as seguintes variáveis:
  - a) A reserva matemática aniversária no ano da liberação;
  - b) Que o associado tenha pagado, no mínimo, 36 meses de quotização;
  - c) O montante do subsídio a liberar seja superior a 50% do capital inicialmente subscrito.

#### **Artigo 5º**

(Entrada em vigor da subscrição. Idade atuarial e pagamento de joia)

1. Todas as idades referidas neste Regulamento de Benefícios são idades atuariais.
2. A idade atuarial do associado é expressa em anos completos, tendo em conta a data aniversária mais próxima no ano do cálculo.
3. A data de referência, como início da sua subscrição de uma modalidade de benefícios, será o dia 1 (um) do mês seguinte ao da entrada do pedido. Excetuam-se os aumentos que, como novas subscrições, se referem ao dia 1 (um) do mês seguinte em que foi deferido o pedido.
4. Com a admissão a associado efetivo, este deve satisfazer de uma só vez o pagamento de 6,00€ (seis euros), como contrapartida do pagamento da joia e da entrega do cartão e da documentação relativa aos Estatutos e ao Regulamento de Benefícios.
5. O valor da joia pode ser alterado por decisão do Conselho de Administração, desde que integrado no orçamento anual a submeter à Assembleia Geral.
6. Para inscrição de menores, é necessário que alguém, com capacidade jurídica plena, assuma a obrigação de satisfazer, durante a sua menoridade, os compromissos financeiros resultantes da inscrição (n.º 2 do artigo 9.º dos Estatutos).

#### **Artigo 6º**

(Exclusões)

Nos casos em que a morte do subscritor determinar o pagamento de um qualquer subsídio, ainda que o associado tenha o pagamento de quotas em dia, nada será devido pela ABF quando o

falecimento resultar de:

- a) Ato criminoso de algum dos beneficiários;
- b) Facto de guerra civil ou com potência estrangeira;
- c) Ocultação dolosa, pelo associado, de qualquer informação médica solicitada pela ABF, de doença já existente, devido à qual não poderia ter sido admitido.

#### **Artigo 7º**

(Obrigações pecuniárias em dívida)

1. Anualmente, o Conselho de Administração fixará a taxa de juro composto que incidirá, a título de indemnização, sobre as quantias a repor pelos associados e, na falta destes, pelos seus legatários ou herdeiros.
2. Os associados que tenham um débito superior a três meses de quotizações podem amortizá-lo de uma só vez, ou à razão – no mínimo – de duas quotas por mês. Entretanto, os associados só reentram no pleno uso dos seus direitos depois de decorrido, a contar da data de liquidação, um número de meses igual a metade do total de meses anteriormente em débito.

#### **Artigo 8º**

(Declaração de Beneficiários)

1. O associado é inteiramente livre de designar os seus beneficiários em caso de morte e o modo de distribuição do subsídio constituído, mas tal designação só será válida se ficar a constar de declaração escrita, clara e precisa, em formulário fornecido pela ABF.
2. A declaração acima referida só produzirá efeitos se arquivada pela ABF, em envelope fechado, depois de a respetiva assinatura ter sido reconhecida notarialmente, ou verificada pelos Serviços da ABF, mediante a apresentação, pelo próprio, de documento de identificação válido.
3. Poderá igualmente fazer a declaração em duplicado. Nesse caso, a ABF autenticará o duplicado com selo branco e devolvê-lo-á ao associado.
4. Quando receberem as declarações a que se referem os números anteriores, os Serviços da ABF passarão recibo ao associado.
5. As declarações serão sempre abertas e cumpridas pelo Conselho de Administração, mediante documento que certifique o falecimento do associado.

#### **Artigo 9º**

(Alteração à Declaração de Beneficiários)

1. O associado pode levantar ou alterar livremente a declaração depositada, mediante pedido escrito com a assinatura reconhecida ou verificada nos mesmos termos exigidos para validação daquela.
2. As últimas declarações são sempre revogatórias das anteriores, na parte em que não sejam concordantes.
3. Quando se proceder ao aumento ou redução de qualquer subscrição, se o associado não fizer nova declaração, o subsídio será distribuído na proporção anteriormente estabelecida.

### **Artigo 10º**

(Ausência de Declaração de Beneficiários)

Na falta de indicação de beneficiários, o subsídio devido por morte do associado subscritor da modalidade de benefícios correspondente será entregue, no caso do subsídio de funeral, a quem provar ter satisfeito o pagamento do serviço fúnebre. Neste caso, e havendo lugar ao recebimento de qualquer valor remanescente, este será entregue aos respectivos herdeiros, de acordo com as disposições legais em vigor.

### **Artigo 11º**

(Processamento administrativo na liquidação de subsídios)

1. Para que a ABF possa proceder ao pagamento de um subsídio, devido em caso de morte do associado, devem os beneficiários designados, ou quem para tal estiver habilitado, de acordo com o estipulado no artigo anterior, disponibilizar a seguinte documentação:
  - Certificado de Óbito;
  - Em caso de morte por acidente, juntar documentos comprovativos;
  - Na ausência de cláusula de beneficiários, e havendo lugar ao pagamento de qualquer valor remanescente, juntar certidão de habilitação de herdeiros;
  - Disponibilizar outros documentos que a ABF considere relevantes.
2. Para as modalidades de benefícios que tenham subsídios atribuíveis em vida ao associado, este deve fazer o pedido formal de pagamento à ABF, solicitando o reembolso do montante do subsídio a que tenha direito, o qual será realizado através de transferência bancária.

### **Artigo 12º**

(Intransferibilidade e ausência de penhora das prestações pecuniárias. Débitos à ABF)

1. As prestações pecuniárias devidas pela ABF aos seus beneficiários não podem ser cedidas a terceiros nem penhoradas e prescrevem a favor da mesma no prazo de cinco anos, a contar da data do vencimento, ou do último dia do prazo de pagamento, se o houver.
2. As prestações pecuniárias devidas pela ABF respondem, porém, pelas dívidas à ABF que respeitem a joias, quotas ou empréstimos sobre reservas matemáticas e ainda pelas indemnizações que possam ter lugar nos termos regulamentares.

### **Artigo 13º**

(Equilíbrio técnico e financeiro das modalidades)

De acordo com artigo 30.º do CAM, sempre que se verifique a impossibilidade da concessão, atual ou futura, dos benefícios inseridos no presente Regulamento de Benefícios, é obrigatória a alteração do mesmo, com o objetivo de restabelecer o necessário equilíbrio técnico e financeiro de cada uma das modalidades de benefícios.

## CAPÍTULO II

### MODALIDADES DE BENEFÍCIOS CONCEDIDOS ATRAVÉS DE PRESTAÇÕES PECUNIÁRIAS

#### SECÇÃO I – SUBSÍDIOS DE FUNERAL

##### **SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar**

###### **Artigo 14º**

(Idade de subscrição)

A idade máxima para subscrição desta modalidade de benefícios é de 65 (sessenta e cinco) anos. Não existe idade mínima para a sua subscrição.

###### **Artigo 15º**

(Garantia da modalidade)

1. Em caso de morte do associado, ou de qualquer um dos familiares abaixo indicados, a modalidade SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar tem por objetivo garantir o pagamento de um subsídio para o apoio nas despesas do serviço fúnebre. O seu valor aumenta com o número de anos de associado na ABF e é atribuído nos seguintes montantes e condições:
  - a) A quem provar ter satisfeito o pagamento do serviço fúnebre, exceto se existir Declaração de Beneficiários, de acordo os artigos 8º a 10º deste Regulamento de Benefícios.
  - b) Ao montante do SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar referido na alínea a), acresce o valor de 50,00€ no caso de o serviço fúnebre ser realizado pela Secção Funerária da ABF.
  - c) A tabela seguinte especifica o montante do SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar a ser atribuído de acordo com o tempo contínuo decorrido desde a admissão ao falecimento do associado, contado sem interrupção. No caso de readmissão, apenas é considerado o tempo de associado decorrido desde essa data até ao falecimento.

Tempo de associado	Valor do subsídio	Valor do subsídio c/ serviço fúnebre realizado na ABF
Menos de 5 anos	630,00€	680,00€
De 5 anos até 10 anos	640,00€	690,00€
De 10 anos até 15 anos	650,00€	700,00€
De 15 anos até 20 anos	660,00€	710,00€
De 20 anos até 25 anos	670,00€	720,00€
De 25 anos até 30 anos	680,00€	730,00€
De 30 anos até 35 anos	690,00€	740,00€
De 35 anos até 40 anos	700,00€	750,00€
De 40 anos até 45 anos	710,00€	760,00€
De 45 anos até 50 anos	720,00€	770,00€
A partir de 50 anos	730,00€	780,00€

- d) No caso de falecimento do cônjuge ou pessoa legalmente equiparada, desde que sejam ambos associados e subscritores desta modalidade de benefícios (SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar), o cônjuge sobrevivente ou pessoa legalmente equiparada, que prove ter satisfeito o pagamento do serviço fúnebre, tem direito ao adicional de 200,00€.
  - e) No caso de falecimento de um(a) filho(a) menor de 16 anos, ao progenitor ou adotante que seja associado e subscritor desta modalidade de benefícios e prove ter satisfeito o pagamento do serviço fúnebre é atribuído o valor de 200,00€.
2. No caso de doação de corpo, e não havendo despesas relativas a serviço fúnebre, o SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar será pago ao(s) beneficiário(s) designado(s) pelo Associado, através da Declaração de Beneficiários, segundo as normas constantes nos artigos 8º e 9º deste Regulamento de Benefícios. Não existindo Declaração de Beneficiários, o valor do subsídio será entregue aos respetivos herdeiros, de acordo com as disposições legais em vigor, como estipula o artigo 10º deste mesmo Regulamento e cumprindo os procedimentos prescritos no artigo 11º.

#### **Artigo 16º**

(Prova da realização do serviço fúnebre)

A realização do funeral do associado prova-se mediante a apresentação do documento autêntico ou autenticado, legalmente exigido como comprovativo do falecimento, e do original da fatura ou do recibo do serviço efetuado, emitido pela agência funerária, em nome da pessoa ou pessoas que satisfizeram o pagamento do serviço fúnebre.

#### **Artigo 17º**

(Período de carência. Direitos do cônjuge. Valor do subsídio)

1. O SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar considera-se integralmente constituído, por morte do associado, desde que tenham decorrido 24 (vinte e quatro) meses a contar da data do vencimento da primeira quota.
2. Se o associado falecer antes de decorridos 24 meses sobre a data da inscrição, o subsídio fica sem efeito, salvo se a morte resultar de acidente. Nesta circunstância, o subsídio será liquidado de imediato, mediante a apresentação dos documentos referidos nos artigos 11º e 16º deste Regulamento de Benefícios.
3. Considera-se como acidente todo o acontecimento externo, súbito, fortuito e estranho à vontade do associado e que a este provoque a morte.
4. O cônjuge, ou legalmente equiparado, do associado falecido, terá direito ao subsídio referido e regulado na alínea d) do n.º 1 do artigo 15º deste Regulamento de Benefícios, acaso tenha adquirido aquela condição há mais de seis meses, salvo se, em caso de consórcio, este se tiver realizado há menos tempo.
5. O aumento do valor do subsídio, em função dos anos de associado, é tomado em consideração na análise da BASE de DADOS fornecida anualmente.

#### **Artigo 18º**

(Débitos à ABF anteriores ao falecimento)

1. É condição do direito ao SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar que os associados não devam uma quantia superior a três meses de quotizações, seja qual for a proveniência desse débito. No entanto, no caso de ter havido um atraso no pagamento superior a três meses de quotizações – e

como estipula o nº 2 do artigo 7º deste Regulamento de Benefícios – “os associados só reentram no pleno uso dos seus direitos depois de decorrido, a contar da data de liquidação, um número de meses igual a metade do total de meses em débito”.

2. Qualquer alteração ao estabelecido no número anterior é da competência exclusiva do Conselho de Administração.
3. Os subsídios não reclamados dentro do prazo de doze meses, a contar da data do falecimento dos associados, prescrevem a favor da ABF.

#### **Artigo 19º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. A quota da modalidade de benefícios SUBSÍDIO DE FUNERAL de base familiar é idêntica para todos os associados integrados no mesmo escalão de idades – à data da subscrição –, de acordo com os números 2 e 3 do presente artigo.
2. Para efeitos da aplicação do valor das quotas mensais são estabelecidas três classes de risco, de acordo com as idades dos associados à data da subscrição:
  - a) Idade de admissão até 55 anos, inclusive: € 4,00
  - b) Idade de admissão entre 56 anos e 60 anos, inclusive: € 5,20
  - c) Idade de admissão entre 61 anos e 65 anos, inclusive: € 5,70
3. As quotas definidas no ponto anterior destinam-se ao fundo disponível da respetiva modalidade de benefícios. O montante de cada uma destas quotas mensais está já acrescido do adicional de 10% sobre o seu valor, destinado ao fundo de administração.
4. As reservas matemáticas desta modalidade, em que as quotas são atuarialmente independentes da idade de subscrição e as pessoas incluídas na modalidade são na base do agregado familiar (cônjuges e filhos), são calculadas em regime de repartição e serão igualmente calculadas atuarialmente em termos individuais, de acordo com as bases técnicas atuariais, no estrito cumprimento do Sistema de Normalização Contabilística – Entidades do Sector Não Lucrativo (SNC-ESNL), por forma a verificar anualmente a sustentabilidade atuarial da modalidade e estrategicamente, no médio prazo, aproximar os dois resultados.

#### **Artigo 20º**

(Diversos)

As matérias relacionadas com exames médicos, melhorias, quotas, pagamento de subsídios a beneficiários, procedimentos administrativos na recolha e no tratamento de informação, exclusões e débitos à ABF, inscritos no CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES GERAIS, completam as condições de subscrição e atribuição desta modalidade de benefícios concedidos através de prestações pecuniárias.

### **SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual**

#### **Artigo 21º**

(Idade de subscrição. Condições para admissibilidade)

1. A idade máxima para subscrição desta modalidade de benefícios é de 65 (sessenta e cinco) anos. A idade mínima para a sua subscrição é de 16 (dezasseis) anos.
2. Esta modalidade apenas está acessível para os associados efetivos da ABF.

3. Para poder subscrever a modalidade SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual, o associado efetivo carece de “aprovação médica, a qual será efetuada através de exame médico direto, ou de Declaração do Estado de Saúde, preenchida pelo requerente, no termos do Regulamento de Serviços da ABF” (n.º 1 do artigo 2.º deste Regulamento de Benefícios).

#### **Artigo 22º**

(Garantia da modalidade)

1. Em caso de morte do associado, a modalidade SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual garante o pagamento do subsídio subscrito ao(s) beneficiário(s) designado(s), previamente indicado(s) na Declaração de Beneficiários, nos termos dos artigos 8º e 9º deste Regulamento de Benefícios.
2. Na ausência de Declaração de Beneficiários e subsequente falta de indicação de beneficiários, aplica-se o estipulado no artigo 10º deste Regulamento: “o subsídio devido por morte do Associado subscritor da modalidade de benefícios correspondente será entregue, no caso do subsídio de funeral, a quem provar ter satisfeito o pagamento do serviço fúnebre. Neste caso, e havendo lugar ao recebimento de qualquer valor remanescente, este será entregue aos respetivos herdeiros, de acordo com as disposições legais em vigor”.
3. Os associados podem subscrever um montante do subsídio entre 1.000,00€ (mil euros) e 6.000,00€ (seis mil euros).

#### **Artigo 23º**

(Prova da realização do serviço fúnebre)

A realização do funeral do associado prova-se mediante a apresentação do documento autêntico ou autenticado, legalmente exigido como comprovativo do falecimento, e do original da fatura ou do recibo do serviço efetuado, emitido pela agência funerária, em nome da pessoa ou pessoas que satisfizeram o pagamento do serviço fúnebre.

#### **Artigo 24º**

(Período de carência)

1. O SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual considera-se integralmente constituído por morte do associado, desde que tenham decorrido 36 (trinta e seis) meses a contar da data do vencimento da primeira quota.
2. Se o associado falecer antes de decorridos 36 meses sobre a data da inscrição, o subsídio fica sem efeito, salvo se a morte resultar de acidente. Neste caso, o subsídio será atribuído, após apresentação dos documentos previstos nos artigos 11º e 23º deste Regulamento de Benefícios.
3. Considera-se como acidente todo o acontecimento externo, súbito, fortuito e estranho à vontade do associado e que a este provoque a morte.

#### **Artigo 25º**

(Débitos à Associação anteriores ao falecimento)

1. É condição do direito ao SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual que os associados não devam uma quantia superior a três meses de quotizações, seja qual for a proveniência desse débito. Após o pagamento da quantia em débito, “os associados só reentram no pleno uso dos seus direitos depois de decorrido, a contar da data de liquidação, um número de meses igual a metade do total de meses em débito” (artigo 7º deste Regulamento de Benefícios).

2. Qualquer alteração ao estabelecido no número anterior é da competência exclusiva do Conselho de Administração.
3. Os subsídios não reclamados dentro do prazo de doze meses, a contar da data do falecimento dos associados, prescrevem a favor da ABF.

#### **Artigo 26º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. A quota mensal da modalidade SUBSÍDIO DE FUNERAL de base individual é calculada atuarialmente, de acordo com a idade atuarial do associado, à data da subscrição.
2. A quota definida no ponto anterior destina-se ao fundo disponível da respetiva modalidade de benefícios. O seu montante está já acrescido do adicional de 10% sobre o seu valor, destinado ao fundo de administração, e consta de tabela anexa a este Regulamento de Benefícios.
3. As reservas matemáticas desta modalidade são calculadas atuarialmente em termos individuais, de acordo com as bases técnicas atuariais, no estrito cumprimento do SNC–ESNL e demais legislação conexas, por forma a verificar anualmente a sustentabilidade atuarial da modalidade e estrategicamente, no médio prazo, aproximar os dois resultados.

#### **Artigo 27º**

(Diversos)

Aplica-se a esta modalidade de benefícios através de prestações pecuniárias, com as devidas adaptações, o disposto no CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES GERAIS deste Regulamento de Benefícios, relativo a exames médicos, melhorias, quotas, pagamento de subsídios a beneficiários, procedimentos administrativos na recolha e no tratamento de informação, exclusões e débitos à ABF.

### **SECÇÃO II – PREVIDÊNCIA E POUPANÇA**

#### **SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA**

#### **Artigo 28º**

(Idade de subscrição. Condições para admissibilidade)

1. A idade máxima para subscrição desta modalidade de benefícios é de 65 (sessenta e cinco) anos. Todavia, a idade atuarial adicionada do prazo escolhido não deve ultrapassar a idade aniversária de 75 (setenta e cinco) anos. Não existe idade mínima para a sua subscrição.
2. Esta modalidade apenas está acessível para os associados efetivos da ABF.
3. Para poder subscrever a modalidade SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA, o associado efetivo carece de “aprovação médica, a qual será efetuada através de exame médico direto, ou de Declaração do Estado de Saúde, preenchida pelo requerente, no termos do Regulamento de Serviços da ABF” (n.º 1 do artigo 2.º deste Regulamento de Benefícios).

#### **Artigo 29º**

(Garantia da modalidade)

1. Em caso de morte do associado, devido a doença ou acidente, a modalidade SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA garante o pagamento do subsídio subscrito, aos beneficiários designados.
2. Os associados podem subscrever um montante de subsídio entre 1.000,00€ (mil euros) e 6.000,00€ (seis mil euros). Em caso de morte por acidente, o subsídio poderá ser majorado de mais 50% (cinquenta por cento), aplicando-se os cálculos enunciados no nº 2 do artigo 33º.

3. Considera-se como acidente todo o acontecimento externo, súbito, fortuito e estranho à vontade do associado e que a este provoque a morte.

#### **Artigo 30º**

(Prazos da subscrição)

1. O SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA pode ser contratado por prazos de 10, 15, 20, 25 e 30 anos. Acaso não ocorra o falecimento do associado dentro do prazo contratado, a subscrição será anulada, sem o pagamento de qualquer indemnização.
2. Em caso de vida do associado, e após decorridos pelo menos 60 meses com as quotas em dia, o associado pode solicitar a REDUÇÃO do subsídio subscrito, sem pagamento de mais quotas, de acordo com as bases técnicas atuariais em vigor.
3. O montante do subsídio que resultar da REDUÇÃO deve ser, pelo menos, no valor de 25% do montante inicialmente subscrito; caso contrário, a subscrição é nula e não produz qualquer efeito.

#### **Artigo 31º**

(Período de carência)

1. O SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA considera-se integralmente constituído, por morte do associado, desde que decorridos 24 (vinte e quatro) meses a contar do vencimento da primeira quota.
2. Se o Associado falecer antes de decorridos 24 (vinte e quatro) meses sobre a data da inscrição, serão devolvidas, aos beneficiários designados, as quotas puras efetivamente pagas.
3. Se a morte do Associado resultar de acidente, o subsídio subscrito será pago imediatamente – sem devolução de quotas – cumprida a tramitação prevista neste Regulamento de Benefícios.
4. Considera-se como acidente todo o acontecimento externo, súbito, fortuito e estranho à vontade do Associado e que a este provoque a morte.

#### **Artigo 32º**

(Débitos à Associação anteriores ao falecimento)

1. É condição do direito ao SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA que os associados não devam uma quantia superior a três meses de quotizações, seja qual for a proveniência desse débito.
2. Qualquer alteração ao estabelecido no número anterior é da competência exclusiva do Conselho de Administração.
3. Os subsídios não reclamados dentro do prazo de doze meses, a contar da data do falecimento dos associados, prescrevem a favor da ABF.

#### **Artigo 33º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. A quota da modalidade é calculada atuarialmente, de acordo com a idade atuarial do associado, à data da subscrição, e destina-se ao fundo disponível da respetiva modalidade de benefícios. O montante apurado foi adicionado de 10% sobre o seu valor, destinado ao fundo de administração, e o valor total consta da tabela anexa a este Regulamento de Benefícios.
2. Para garantir o subsídio adicional de 50%, caso a morte seja devida a acidente, a quota mensal será elevada de 1,25€ por cada fração de 500,00€ de subsídio.
3. As reservas matemáticas desta modalidade são calculadas em termos individuais, de acordo com o sistema nacional de contabilidade das entidades do sector não lucrativo (SNC–ESNL) e demais legislação conexa.

### **Artigo 34º**

(Diversos)

As matérias relacionadas com exames médicos, melhorias, quotas, pagamento de subsídios a beneficiários, procedimentos administrativos na recolha de informação, exclusões e débitos à ABF, inscritos no CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES GERAIS, completam o funcionamento desta modalidade.

## **PREVIDÊNCIA JOVEM – POUPANÇA MEALHEIRO**

### **Artigo 35º**

(Idade de subscrição. Condições para admissibilidade)

1. A idade máxima para subscrição desta modalidade de benefícios é de 60 (sessenta) anos. Não existe idade mínima limite para a sua subscrição.
2. Esta modalidade apenas está acessível para os associados efetivos da ABF.
3. Para poder subscrever a modalidade SUBSÍDIO DE PREVIDÊNCIA, o associado efetivo carece de “aprovação médica, a qual será efetuada através de exame médico direto, ou de Declaração do Estado de Saúde, preenchida pelo requerente, no termos do Regulamento de Serviços da ABF” (n.º 1 do artigo 2.º deste Regulamento de Benefícios).

### **Artigo 36º**

(Garantia da modalidade)

1. Esta modalidade de benefícios tem como objetivo o associado realizar, em caso de VIDA, um Plano de Previdência-Mealheiro Jovem, através de entregas periódicas previamente programadas ao longo do prazo.
2. Em caso de MORTE do associado, por doença ou acidente – ocorrido após o período de carência – não haverá lugar ao pagamento de mais quotas e o capital indicado atuarialmente, em função do plano de entregas periódicas, será entregue ao(s) beneficiário(s) designado(s).

### **Artigo 37º**

(Prazo)

O associado pode escolher um prazo entre 5 (cinco) e 15 (quinze) anos.

### **Artigo 38º**

(Período de carência)

Se o associado falecer antes de decorridos 24 (vinte e quatro) meses sobre a data da subscrição, serão devolvidas de imediato aos beneficiários designados as quotas puras efetivamente pagas, não havendo lugar ao pagamento de qualquer outro montante.

### **Artigo 39º**

(Quotas. Entregas Periódicas)

1. As entregas periódicas podem ser mensais, trimestrais, semestrais e anuais. O valor periódico a entregar depende do montante escolhido pelo associado.
2. Os valores das entregas mensais, à escolha dos associados, destinam-se ao fundo disponível da respetiva modalidade, acrescidos de 10% para o fundo de administração, e são os seguintes:

- 5,00€ (cinco euros)
- 10,00€ (dez euros)
- 15,00€ (quinze euros)
- 20,00€ (vinte euros)
- 25,00€ (vinte e cinco euros)

#### **Artigo 40º**

(Montante do capital subscrito)

De acordo com as tabelas atuariais anexas ao presente Regulamento de Benefícios, a indicação do capital subscrito resulta da entrega periódica convencionada pelo associado e do prazo escolhido.

#### **Artigo 41º**

(Descontinuidade das entregas periódicas)

1. O associado pode interromper as entregas periódicas a partir de 12 meses contados da data de subscrição – e com as entregas em dia – e solicitar o reembolso do montante a que tenha direito.
2. O valor a entregar será igual ao somatório das entregas líquidas mensais efetuadas até à data. A subscrição é anulada e não produz qualquer outro efeito.
3. A partir dos 24 (vinte e quatro) meses, com as entregas periódicas em dia, o associado pode solicitar o reembolso de 98% da reserva matemática realizada, ficando a subscrição anulada, sem produzir qualquer outro efeito.

#### **Artigo 42º**

(Diversos)

Todo o normativo do presente Regulamento de Benefícios, inserto no CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES GERAIS, completa o funcionamento desta modalidade.

## **CAPÍTULO III**

### **MODALIDADES DE BENEFÍCIOS ATRAVÉS DE PRESTAÇÕES EM ESPÉCIE**

#### **ASSISTÊNCIA À IDADE SÉNIOR**

##### **Artigo 43º**

(Idade de subscrição)

A idade mínima para subscrição desta modalidade de benefícios é de 66 (sessenta e seis) anos. Não existe idade limite máxima para a sua subscrição.

##### **Artigo 44º**

(Garantia da modalidade)

1. Acesso à prestação de todos os serviços disponibilizados pela ABF, diretamente ou em associação ou parceria, designadamente os constantes do n.º 5 do artigo 1º deste Regulamento de Benefícios.
2. Esta modalidade de associado efetivo não garante o pagamento de qualquer prestação pecuniária.

#### **Artigo 45º**

(Início da Subscrição)

A efetivação do usufruto dos benefícios dar-se-á de imediato, após a aprovação da admissão da candidatura pelo Conselho de Administração e a satisfação do pagamento da joia e da primeira quota trimestral.

#### **Artigo 46º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. Os associados inscritos na modalidade de benefícios ASSISTÊNCIA À IDADE SÉNIOR participam nas despesas de gestão administrativa dos serviços a que têm acesso – fundo próprio da modalidade de benefícios – assim como nas de administração da ABF – através do acréscimo de 10%, destinado ao fundo de administração – com uma quota trimestral de 6,00€ (seis euros). Este valor está já acrescido de 10% para o fundo de administração.
2. O pagamento da quota associativa referida no número anterior deverá ser realizado com periodicidade trimestral, semestral ou anual, sempre no início do período a que diga respeito.

#### **Artigo 47º**

(Condições de atribuição dos benefícios)

1. É condição de acesso às regalias concedidas que os associados integrados na modalidade de benefícios ASSISTÊNCIA À IDADE SÉNIOR tenham a sua quota associativa em dia.
2. O usufruto dos serviços a que esta modalidade garante o acesso não isenta os associados subscritores da participação no seu custo real, através do copagamento do mesmo.
3. As condições concretas e específicas para a prestação de cada serviço são as constantes no Regulamento de Acesso a Serviços da ABF.

### **SAÚDE E BEM-ESTAR**

#### **Artigo 48º**

(Idade de subscrição)

A subscrição desta modalidade de benefícios só é acessível a pessoas maiores de idade. Não existe idade limite máxima para a sua subscrição.

#### **Artigo 49º**

(Garantia da modalidade)

1. Acesso à prestação de todos os serviços disponibilizados pela ABF, diretamente ou em associação ou em parceria, designadamente os constantes do n.º 5 do artigo 1º deste Regulamento.
2. Esta modalidade de associado efetivo não garante o pagamento de qualquer prestação pecuniária.

#### **Artigo 50º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. Os associados inscritos na modalidade de benefícios SAÚDE E BEM-ESTAR participam nas despesas de administração da ABF – através do acréscimo de 10%, destinado ao fundo de administração – assim como nas de gestão administrativa dos serviços a que têm acesso – fundo próprio da modalidade – com uma quota trimestral de 7,50€ (sete euros e cinquenta cêntimos).

2. O pagamento da quota associativa referida no número anterior deverá ser realizado com periodicidade trimestral, semestral ou anual, sempre no início do período a que diga respeito.

#### **Artigo 51º**

(Início da Subscrição)

1. A efetivação dos benefícios dar-se-á de imediato, após a aprovação da admissão da candidatura pelo Conselho de Administração e o pagamento da joia (6 euros), acrescida do valor de quotas correspondente aos dois primeiros trimestres (15 euros).
2. Se o associado se inscrever, em simultâneo, no Espaço ABF\_Exercício, efetuando o pagamento respetivo, pode liquidar mensalmente o valor da quota referente a esta modalidade,.

#### **Artigo 52º**

(Condições de atribuição dos benefícios)

1. É condição de acesso às regalias concedidas que os associados subscritores da modalidade de benefícios SAÚDE E BEM-ESTAR tenham a sua quota associativa em dia.
2. O usufruto dos serviços, a que esta modalidade garante o acesso, implica a comparticipação dos associados subscritores no seu custo real, através do copagamento do mesmo.
3. As condições concretas e específicas para a prestação de cada serviço são as constantes no Regulamento de Acesso a Serviços da ABF.

### **ASSOCIADO JOVEM**

#### **Artigo 53º**

(Idade de subscrição)

O limite de idade para subscrição desta modalidade de benefícios é de 18 (dezoito) anos, exclusive.

#### **Artigo 54º**

(Objetivo e Garantia da modalidade)

1. Proteger, prevenir e melhorar a saúde e o bem-estar dos associados mais jovens, nomeadamente através do acesso a cuidados de saúde preventiva e terapêutica e demais serviços disponibilizados pela ABF e referidos no n.º 5 do artigo 1º deste Regulamento de Benefícios.
2. Modalidade dirigida aos jovens cujos pais não são associados mutualistas, assim como àqueles que, sendo filhos de associados, se encontrem na faixa etária entre 16 e 17 anos, até à maioridade.
3. Incentivo à prática desportiva, através da criação de condições especialmente vantajosas na realização do exame médico desportivo anual, assim como promover o associativismo jovem e juvenil e os princípios mutualistas, de entreajuda e solidariedade, junto da população mais jovem.
4. Acesso a programas especialmente criados e desenvolvidos para crianças e jovens, como o Campo de Férias, e outros, disponibilizados pela ABF ou por entidades parceiras, a terem lugar, preferencialmente, na nossa sede.
5. Os jovens subscritores ficam automaticamente habilitados a concorrer a todos os apoios que a ABF disponibilize ou venha a disponibilizar para a continuação dos seus estudos, nomeadamente a Bolsa de Estudos Mutualista, destinada a ajudar os jovens associados que tenham sido admitidos no ensino superior.
6. Esta modalidade não garante o pagamento de qualquer prestação pecuniária futura, nem confere direitos associativos, reservados aos associados efetivos.

#### **Artigo 55º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. Os associados inscritos na modalidade ASSOCIADO JOVEM participam nas despesas de administração da ABF – através do acréscimo de 10% no valor da quota, destinado ao fundo de administração – assim como nas de gestão administrativa dos serviços a que têm acesso – fundo próprio da modalidade – com uma quota semestral de 6,00€ (seis euros).
2. O pagamento da quota associativa referida no número anterior deverá ser realizado com periodicidade semestral ou anual, sempre no início do período a que diga respeito.

#### **Artigo 56º**

(Início da Subscrição)

1. Para inscrição de menores, é necessário que alguém, com capacidade jurídica plena, assuma a obrigação de satisfazer, devido à sua menoridade, os compromissos financeiros resultantes da inscrição (n.º 2 do artigo 9.º dos Estatutos).
2. A efetivação dos benefícios dar-se-á de imediato, após a aprovação da admissão da candidatura pelo Conselho de Administração e o pagamento da joia (6 euros), acrescida do valor de quotas correspondente aos dois primeiros semestres (12 euros).

#### **Artigo 57º**

(Condições de atribuição dos benefícios)

1. É condição de acesso às regalias concedidas que os associados integrados na modalidade ASSOCIADO JOVEM tenham a sua quota associativa em dia.
2. O usufruto dos serviços a que esta modalidade garante o acesso implica a comparticipação dos associados subscritores no seu custo real, através do copagamento do mesmo.
1. As condições concretas e específicas para a prestação de cada serviço são as constantes no Regulamento de Acesso a Serviços da ABF.

### **ASSOCIADO ADERENTE**

#### **Artigo 58º**

(Definição e garantia da modalidade)

1. Designam-se por ASSOCIADOS ADERENTES os trabalhadores de entidades, ou pessoas a elas vinculadas através de um vínculo associativo, que subscrevam uma modalidade de benefícios coletiva, considerando-se assim abrangidos por um regime profissional complementar gerido pela Associação (n.º 2 do artigo 7.º dos Estatutos).
2. Esta modalidade de benefícios coletiva tem o seu esquema de financiamento estabelecido em função de um grupo específico de associados – determinado por um vínculo comum, designadamente de natureza profissional ou associativa – os quais devem subscrever em conjunto a respetiva modalidade e contribuir para a mesma com o pagamento de uma quota.
3. A modalidade garante benefícios em espécie, com o usufruto de regalias sociais, através do acesso a todos os serviços prestados pela ABF e pelos seus parceiros, nas mesmas condições dos restantes associados, nomeadamente cuidados de saúde – em clínica e no domicílio –, assistência medicamentosa, frequência do Espaço ABF\_Exercício e todos os demais serviços constantes no n.º 5 do artigo 1º deste Regulamento de Benefícios.

4. Esta modalidade não garante o pagamento de qualquer prestação pecuniária futura, nem confere direitos associativos, reservados aos associados efetivos.

#### **Artigo 59º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. Os ASSOCIADOS ADERENTES a esta modalidade de benefícios coletiva participam nas despesas de administração da ABF – através do acréscimo de 10% no valor da quota, destinado ao fundo de administração – assim como nas de gestão administrativa dos serviços a que têm acesso – fundo próprio da modalidade – com uma quota anual no valor de 24,00€ (vinte e quatro euros).
2. O pagamento da quota associativa referida no número anterior deverá ser realizado com periodicidade anual, sempre no início do período a que diga respeito, devendo, por norma, ser assegurado pela entidade a que os ASSOCIADOS ADERENTES se encontram vinculados.

#### **Artigo 60º**

(Início da Subscrição)

A efetivação dos benefícios dar-se-á de imediato, após a aprovação da admissão da candidatura pelo Conselho de Administração e o pagamento da joia (6 euros por associado aderente), acrescida do valor de quotas correspondente à primeira anuidade (24 euros por associado aderente).

#### **Artigo 61º**

(Condições de utilização)

1. É condição de acesso às regalias concedidas que os associados integrados na modalidade ASSOCIADO ADERENTE tenham a sua quota associativa em dia.
2. O usufruto dos serviços a que esta modalidade garante o acesso implica a comparticipação dos associados subscritores no seu custo real, através do copagamento do mesmo.
3. As condições concretas e específicas para a prestação de cada serviço são as constantes no Regulamento de Acesso a Serviços da ABF.

### **ASSOCIADO CONTRIBUINTE**

#### **Artigo 62º**

(Definição, deveres e direitos da modalidade)

1. São ASSOCIADOS CONTRIBUINTE as pessoas, individuais ou coletivas, que contribuam para o financiamento de regimes profissionais complementares de Segurança Social, considerando-se como tal a modalidade de benefícios coletiva definida no artigo 63º deste Regulamento.
2. Ao solicitarem e adquirirem a qualidade de ASSOCIADOS CONTRIBUINTE, as entidades referidas no número anterior assumem a responsabilidade pelo pagamento das quotas devidas pelos ASSOCIADOS ADERENTES que com elas tenham um vínculo comum, designadamente de natureza profissional ou associativa, em resultado da subscrição em conjunto da citada modalidade de benefícios coletiva e que constem da listagem para esse fim fornecida pelas entidades subscritoras, na qualidade de ASSOCIADOS CONTRIBUINTE.
3. Os ASSOCIADOS CONTRIBUINTE não são titulares de direitos associativos, nem têm direito aos benefícios estabelecidos para os associados efetivos ou aderentes, mas têm a prerrogativa de participar, sem direito a voto, nas Assembleias Gerais, e ainda examinar os livros, relatórios e contas, nos termos previstos no n.º 4 do artigo 7.º dos Estatutos.

4. Os valores pagos pelos ASSOCIADOS CONTRIBUINTES, no financiamento da modalidade de benefícios coletiva subscrita pelos ASSOCIADOS ADERENTES constantes da listagem suprarreferida, podem ser considerados como remuneração isenta de contribuição para a Segurança Social, nomeadamente quando os ASSOCIADOS ADERENTES forem trabalhadores da entidade qualificada como ASSOCIADO CONTRIBUINTE.
5. Além de contribuírem decisivamente para a melhoria da qualidade de vida dos seus trabalhadores e/ou associados, cumprindo objetivos de Responsabilidade Social, os ASSOCIADOS CONTRIBUINTES podem usufruir de vantagens fiscais, nomeadamente majoração em deduções em sede do IRC, quando tal for aplicável à natureza da entidade.

#### **Artigo 63º**

(Cálculo da quota da modalidade)

1. Os ASSOCIADOS CONTRIBUINTES financiam a modalidade de benefícios coletiva subscrita pelos ASSOCIADOS ADERENTES a eles vinculados, participando nas despesas de administração da ABF – através do acréscimo de 10%, destinado ao fundo de administração – assim como nas de gestão administrativa dos serviços a que têm acesso – fundo próprio da modalidade – com uma quota anual de 24,00€ (vinte e quatro euros) por cada associado aderente vinculado.
2. O pagamento da quota associativa referida no número anterior deverá ser realizado com periodicidade anual, sempre no início do período a que diga respeito.

#### **Artigo 64º**

(Início da Subscrição)

A efetivação dos benefícios dar-se-á de imediato, após a aprovação da admissão da candidatura pelo Conselho de Administração e o pagamento da joia (6 euros por associado aderente), acrescida do valor de quotas correspondente à primeira anuidade (24 euros por associado aderente).

## CAPÍTULO IV

### DISPOSIÇÕES TRANSITÓRIAS

#### **Artigo 65º**

(Deliberações)

1. As bases técnicas das modalidades de benefício associativas, ligadas a Fundos Permanentes, poderão ser modificadas, tendo em consideração os seguintes factos:
  - A alteração da longevidade da população portuguesa;
  - As taxas técnicas de juro, associadas às diferentes tábuas de mortalidade, afastarem-se das condições verificadas atualmente;
  - A sustentabilidade das modalidades associativas, em termos técnicos e financeiros, poder ser colocada em causa.
2. Todas as dúvidas surgidas na aplicação do presente clausulado serão reguladas de acordo com o Código das Associações Mutualistas e demais legislação aplicável às entidades mutualistas.