



CARTÃO AMADORA 65+

O **Cartão Amadora 65+** é um documento de adesão gratuita que visa melhorar e promover as condições de bem-estar e qualidade de vida dos seus beneficiários através da disponibilização de programas de apoio social e de saúde especializados e focados nas necessidades da comunidade assim como do acesso a atividades recreativas promotoras de um envelhecimento ativo e saudável.

Este cartão é válido por 5 anos, sendo necessária a sua renovação no fim desse período.



AMADORA
Câmara Municipal

QUEM PODE BENEFICIAR?

- Cidadãos residentes no município da Amadora com mais de 65 anos independentemente da sua situação laboral;
- Cidadãos residentes no município da Amadora com pensão de invalidez ou prestação social para a inclusão.

O **Cartão Amadora 65+** dá acesso a vantagens e descontos em empresas e estabelecimentos de comércio local.

A Câmara Municipal da Amadora disponibiliza um conjunto de serviços aos beneficiários do **Cartão Amadora 65+**:

PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO

• **Amasénior Viva+**

Programa de ocupação dos tempos dos séniores.
Beneficiários do **Cartão Amadora 65+** têm desconto na inscrição anual.

• **Hidrosénior**

Aulas de hidrogenástica realizadas nas piscinas municipais com valor da mensalidade reduzida.

• **Amasénior bem-estar**

Serviços de cabeleireiro, manicure e pedicure e estimulação corporal, com opção de os realizar no conforto de sua casa.
Marcação de serviços: 214 926 236

• **Comemorações de efemérides**

Condições especiais de acesso a atividades comemorativas de datas especiais como o mês da População Maior, Festa de Natal, Dia dos Avós, entre outros.

ACOMPANHE O QUE ESTÁ A ACONTECER NA SUA CIDADE E NÃO PERCA AS ATIVIDADES REALIZADAS ESPECIALMENTE A PENSAR EM SI!

Receba informação privilegiada através de SMS ou email e do Boletim Amadora Cuida que chegará a sua casa

PROMOÇÃO DA SAÚDE

- **Linha Municipal de Saúde — 214 930 010** (linha gratuita)
Consultas médicas ao domicílio gratuitas de 2.ª a 6.ª feira das 21h00 às 06h00 e aos fins de semana e feriados 24 horas.

SERVIÇOS DE APOIO

- **Banco Municipal de Ajudas Técnicas**
Cedência temporária de equipamentos de apoio para situações de dependência e incapacidade.
- **Teleassistência**
Serviço de atendimento telefónico 24 horas, para pessoas que residem sozinhas e em situações de emergência, associado ao telefone fixo ou móvel.
- **Oficina Multiserviços**
Serviço gratuito de pequenas reparações na habitação para melhoria da sua qualidade de vida, segurança e conforto.
- **Oficina de Limpeza**
Serviço de limpeza sazonal da habitação. Comparticipação financeira calculada de acordo com o escalão de rendimentos.

COMO REQUERER OU RENOVAR?

- Através do envio da ficha de inscrição e respetiva documentação para: **acciao.social@cm-amadora.pt**;
- Presencialmente nos serviços municipais e juntas de freguesia;

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

- Ficha de inscrição (disponível online na página do município e nos serviços municipais e juntas de freguesia)
- Documento de identificação
- Comprovativo de morada
- Comprovativo de rendimentos

**Câmara
Municipal
da Amadora**

Praceta Carolina
Simões s/n, Amadora

Telefone:
214 369 053

Linha de apoio social:
800 207 632

e-mail:
acciao.social@cm-amadora.pt