

Minuta de Protocolo

Entre:

Rui Carvalho Afonso Unipessoal, Lda., pessoa n.º 510530605, com sede na Rua Alves Redol, 98.ºA, 1685-375 Caneças, representada pela + Nutrição, daqui em diante designada por **Primeira Outorgante**.

Representante: Rui Afonso

E-mail: rui.afonso@maisnutricao.pt

Contacto: 00351962691699 / 00351210931428

Site: <http://www.maisnutricao.pt/pt>

E

Associação Nacional de Sargentos (ANS), com sede na Rua Barão Sabrosa, 57 – 2.º, 1900-088 Lisboa, pessoa coletiva n.º 502323078, daqui em diante designada por **Segunda Outorgante**.

Representante: António Manuel Gavino Lima Coelho (Presidente da Direcção)

E-mail: contacto@ans.pt

Contacto: 00351218154966

Site: <http://www.ans.pt/>

Cláusula Primeira

Condições

1. A Primeira Outorgante disponibiliza todos os seus serviços e produtos aos associados da Segunda Outorgante, sendo o mesmo extensível ao respetivo agregado familiar.
2. A Segunda Outorgante terá acesso aos valores constantes do anexo 1, salvaguardando-se que os descontos não são acumuláveis com eventuais campanhas em vigor.
3. Os serviços prestados pela + Nutrição estão sujeitos a valores especiais para os associados da Segunda Outorgante com a exceção dos serviços de Podologia e Depilação a Laser.

Cláusula Segunda

Divulgação

1. A Segunda Outorgante compromete-se a divulgar a condições da presente parceria aos seus associados, pelas vias de comunicação disponíveis na organização.
2. A Segunda Outorgante concorda em divulgar todos os serviços da + Nutrição aos seus associados no site da ANS, na página do Facebook e no jornal "O Sargento".
3. A Segunda Outorgante fornece um espaço no seu site para um LINK e um *banner* da +Nutrição.

Cláusula Terceira

Duração

1. O presente acordo entra em vigor na data em que é assinado pelas partes, e vigorará pelo período de 12 (doze) meses, no fim do que se renovará por igual período, se nenhuma das partes o denunciar por escrito mediante aviso prévio de 30 dias.
2. A parceria poderá ser modificada, por iniciativa das outorgantes, no todo ou em parte, ou cessar, por acordo das mesmas, via e-mail ou por escrito.

Cláusula Quarta

Preçário / Condições

☐ **AVALIAÇÃO FÍSICA**

1ª Avaliação Física – PVP: 50,00€ | Protocolo: - 50% → Questionário de Estratificação de Risco; Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Avaliação Postural; Zona alvo de treino; Posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos



Reavaliação Física – PVP: 30,00€ | Protocolo: - 50% → Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Reajuste da zona alvo de treino; Reajuste da posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos

☐ **PRESCRIÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA**

Planificação de Treino - PVP: 80,00€ | Protocolo: - 50% → Questionário de Estratificação de Risco; Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Avaliação Postural; Zona alvo de treino; Posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos; Elaboração da planificação de treino com base no objetivo, duração e frequência do mesmo.

☐ **TREINO PERSONALIZADO (PT)**

Sessão de Treino Personalizado - PVP: 45,00€ | Protocolo: - 50% → Acompanhamento Personalizado de acordo com o objetivo | Correção Postural | Correção Técnica | Motivação (Duração da sessão: 60 minutos)

4 Sessões de Treino Personalizado - PVP: 150,00€ | Protocolo: - 50% → Acompanhamento Personalizado de acordo com o objetivo | Correção Postural | Correção Técnica | Motivação (Duração da sessão: 60 minutos)

☐ **CHOACHING DESPORTIVO**

1ª Consulta – PVP: 60,00€ | Protocolo: - 50% → Questionário e análise de dificuldades | Traçar objetivos curtos e a longo prazo | Definir estratégias de trabalho motivacional | Melhoria de performance desportiva

☐ **CONSULTA DE NUTRIÇÃO**

1ª Consulta – PVP: 80,00€ | Protocolo: - 50% → Questionário de Estratificação de Risco; Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Avaliação Postural; Zona alvo de treino; Posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos; Plano Alimentar personalizado.

Consultas de Seguimento – PVP: 60,00€ | Protocolo: - 50% → Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Avaliação Postural; Zona alvo de treino; Posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos; Plano Alimentar personalizado.

☐ **PACOTES INTEGRAIS**

Pack Viver Mais – PVP: 150,00€ | Protocolo: - 50% → 1ª Consulta de Nutrição + Aprendizagem de Leitura de Rótulos + Acompanhamento do cliente em compras de produtos alimentares (raio de 10km) + Seleção dos produtos de acordo com o objetivo

Pack de 4 Consultas de Nutrição – PVP: 109,90€ → Pressão Arterial; Bio impedância; Medidas Antropométricas; Pregas de Adiposidade; Avaliação Postural; Zona alvo de treino; Posologia personalizada de suplementos alimentares e dietéticos; Plano Alimentar personalizado.

☐ OSTEOPATIA

1ª Sessão – PVP: 55,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário de patologias; Objetivo da Consulta; Técnicas Manuais para Diagnóstico; Atuação de modo a tratar e prevenir diversos problemas de Saúde (torcicolos, cervicalgias, lombalgias, ciáticas, nevralgias, cervicobraquiais, artroses, parestesias, lesões por esforços repetidos, tendinopatias, ciáticas, cruralgias, entorses, obstipação, enxaquecas, sinusite, entre outros).

Sessões seguintes – PVP: 50,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário Sintomatológico sobre a atuação na 1ª Sessão; Delineamento de estratégia acerca da atuação; Atuação por técnicas manuais de modo a tratar e prevenir diversos problemas de Saúde.

☐ MESOTERAPIA

Mesoterapia (60min). – PVP: 45,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário de Sintomatologia e Objetivo do Paciente; Aconselhamento Personalizado; Microinjeção de Questionário de Sintomatologia e Objetivo do Paciente I Aconselhamento Personalizado I Microinjeção intradérmica de medicamento Homeopático (2 ampolas) consoante o objetivo do paciente I Terapia Estética (Estrias, Celulite, Flacidez, Gordura Localizada) ou Terapia Músculo-Esquelética (Processos Degenerativos, Processos Inflamatórios, Lesões Neurológicas, Trauma, Lesões Desportivas).

Pack 6 Sessões Mesoterapia (60min) – PVP: 215€ | Protocolo: 30% Desconto

Pack 12 Sessões Mesoterapia (60min) – PVP: 360€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ MASSAGEM

Massagem Terapêutica/Relaxamento (30 min.) - PVP: 25,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário Sintomatológico do Paciente I Aplicação de técnicas manuais ou manipulações com o objetivo de melhorar a regulação do sistema neuromuscular.

Pack 4 Sessões de Massagem Terapêutica (30 min.) - PVP: 90,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Massagem Terapêutica/Relaxamento (60 min.) - PVP: 50,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário Sintomatológico do Paciente I Aplicação de técnicas manuais ou manipulações com o objetivo de melhorar a regulação do sistema neuromuscular.

Pack 6 Sessões Massagem Relaxamento (60 min.) - PVP: 250,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Massagem Modeladora/Estética (30 min.) - PVP: 35,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário Sintomatológico do Paciente; massagem feita com movimentos mais fortes e profundos, com o intuito de atingir camadas mais profundas da pele; Melhoria do metabolismo da região; Melhoria da circulação; Redução da celulite

Massagem Modeladora/Estética (60 min.) - PVP: 55,00€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ FISIOTERAPIA

Fisioterapia (60 min.) - PVP: 40,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário sintomatológico do paciente; Recuperação, reeducação, reabilitação e prevenção de incapacidades originadas por disfunções físicas, do foro funcional músculo-esquelético, cardiovascular, respiratório e neurológico.

Pack 5 Sessões Fisioterapia (60 min) - PVP: 180,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Pack 10 Sessões Fisioterapia (60 min) - PVP: 340,00€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ ACUPUNTURA

Acupuntura (60min.) - PVP: 55€ | Protocolo: 30% Desconto → Questionário sintomatológico do paciente | Aplicação de agulhas em pontos específicos do corpo para tratar doenças e promover a saúde | estimula as terminações nervosas existentes na pele e nos outros tecidos, enviando desta forma mensagens até ao cérebro, o que desencadeia diferentes efeitos no corpo

Pack 5 Sessões Acupuntura (60 min) - PVP: 55,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Pack 10 Sessões Acupuntura (60 min) - PVP: 40,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Acupuntura Estética (60min.) - PVP: 55€ | Protocolo: 30% Desconto → Rugas| Celulite| Acne| Gordura localizada| Estrias| Varizes| Derrames| Eczema

Pack 6 Sessões Acupuntura (60 min) - PVP: 240,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Pack 12 Sessões Acupuntura (60 min) - PVP: 390,00€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ PODOPOSTUROLOGIA

Consulta de diagnóstico + Palmilha - PVP: 140,00€ | Protocolo: 30% Desconto → Avaliação clínica Postural através de equipamento denominado Podoscópio - Testes de mobilidade com base na biomecânica | Teste em marcha: Avaliação de passada pronada/supinada e ciclo da marcha | Teste ortostático: Pé plano, pé valgo, pronado/supinado, dismetrias de joelho e anca, curvaturas fisiológicas da coluna vertebral pelos 3 eixos (Sagital, Horizontal e Coronal) | Testes neuromusculares e de contra-resistência, verificação de pregas cutâneas bilateralmente.

Patologias a verificar na anamnese: Fascite plantar, esporão de calcâneo, entorses, neuroma de Morton, disfunções articulares, e musculares, fracturas entre outras patologias.

Consulta de seguimento - PVP: 60,00€ | Protocolo: 30% Desconto

Palmilhas - PVP: 120,00€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ ERGONOMIA

Programa Avaliativo do Ambiente Laboral - PVP: 150,00€ | Protocolo - 30% → Avaliação Ergonómica das Condições Gerais de Trabalho (Ruídos, Temperatura e Iluminação) num raio de 10km + Identificação dos Potenciais Problemas Ergonómicos + Avaliação Postural + Treino Especializado e Direcionado para Reeducação Postural + Métodos de Prevenção de Acidentes e Patologias Específicas

Consulta de seguimento - PVP: 60,00€ | Protocolo: 30% Desconto

☐ **PODOLOGIA**

Consulta de Podologia - PVP: 50€ → Questionário de Estratificação de Risco + Tratamento de Unhas Encravadas, Verrugas, Micoses nas unhas e pele, Unhas Grossas, Hematomas Ungueal, Calos, Calosidades, Fissuras ou Gretas)

Tratamento de Calista - PVP: 45€ → Questionário de Estratificação de Risco + Tratamento de Calos, Calosidades, Fissuras ou Gretas

Tratamento Isolado como Manutenção - PVP: 25€ → Questionário de Estratificação de Risco + Tratamento de pensos com aplicação de antibióticos

☐ **DEPILAÇÃO A LASER**

(Género Feminino)

Perna Inteira -	80€
Meia Perna -	40€
Virilhas -	60€
Axilas -	35€
Abdominal -	65€
Rosto Completo -	70€
Coxas -	75€
Glúteos -	50€

Depilação a laser

(Género Masculino)

Perna Inteira-.....	100€
Meia Perna -.....	50€
Peito -	40€
Costas -	85€
Abdómen -.....	65€
Virilha -	70€
Glúteos -.....	60€
Axilas -	40€

RUI CARVALHO AFONSO, UNIPESSOAL, LDA de 2020

*** Desporto e Atividades Físicas ***

NIF: 510 530 605

Rua Alves Redol Lote 98-A

Bairro das Sete Quintas * 1685-375 CANEÇAS

Tel.: 219 816 227 Telex.: 962 691 699



(ANS - Presidente)

Centros de Saúde e Bem Estar + Nutrição:

- Centro Comercial Picoas Plaza, C 1.29, 210931428

Rua Alves Redol 1º98-A Bairro das Sete Quintas Caneças, 219816227

www.maisnutricao.pt