



REGULAMENTO DA “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA”

6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA – EDIÇÃO SOLIDÁRIA “A MUTUALIDADE DE SANTA MARIA – ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA”

1. ENQUADRAMENTO

A Mutualidade de Santa Maria – Associação Mutualista promove, no próximo dia 4 de julho de 2026, a sua 6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA.

Associando o 15.º aniversário das suas respostas de saúde à relevância de promoção de dinâmicas de comunidade, A Mutualidade, entidade promotora, organiza uma iniciativa abrangente, diversificada e participativa, respeitando todas as orientações em matéria de segurança e saúde pública, que pretende servir causas sociais relevantes: a promoção da saúde e do bem-estar das pessoas, o apoio aos mais carenciados dos territórios servidos pel’A Mutualidade e o apoio às organizações que promovem e defendem a causa animal.

Assim, na tarde do dia 4 de julho de 2026, far-se-á uma Oficina de Saúde, na qual serão realizados vários rastreios, tais como medições dos parâmetros biométricos, rastreios nutricionais e rastreios para a visão. Esta tarde contará, ainda, com animação musical ambiente, com ações de promoção social e informação, um espaço de animação infantil, sessões de aquecimento e relaxamento e com uma CAMINHADA. Paralelamente a estas atividades, decorrerá uma angariação de produtos de higiene e limpeza para entrega a Instituições de Solidariedade que trabalham diretamente com as pessoas carenciadas, bem como recolha de produtos de higiene e limpeza e produtos para alimentação para entrega a instituições de apoio à causa animal, sendo a sua principal ação o apoio e a reinserção dos animais resgatados e/ou adotados.

É objetivo d’A Mutualidade de Santa Maria – Associação Mutualista motivar e inspirar a comunidade, designadamente os seus associados, para a promoção de estilos de vida ativos e saudáveis.

Neste sentido, A Mutualidade De Santa Maria – Associação Mutualista realiza a **6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA – Edição Solidária**, sem qualquer caráter competitivo.

PRETENDE MOBILIZAR E ENVOLVER:

Associados/Famílias e Pessoas em geral para se inscreverem e participarem de uma forma saudável e divertida no desafio desta **6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA**, ajustada ao contexto, idade, capacidade e motivações de cada um, e para contribuírem para as causas sociais, através de bens de primeira necessidade no domínio da higiene e limpeza, alimentação e saúde animal.

Filiada na **UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS**

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637



Os bens angariados irão reverter na sua totalidade para as pessoas/instituições que deles precisam, através de entidades de apoio social dos territórios da área de influência da iniciativa, que os receberão e distribuirão.

ORGANIZAÇÃO

A “**6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA**”, doravante designada simplesmente por CAMINHADA, é uma organização d’ A Mutualidade De Santa Maria – Associação Mutualista, com o apoio dos vários parceiros e empresas envolvidos.

2. DATA / HORA / DISTÂNCIA / LOCAL

A **CAMINHADA** irá realizar-se na tarde do dia 4 de julho de 2026, com início pelas 16h00.

A CAMINHADA terá a sua partida junto da Farmácia Mutualidade/Clínica Santa Maria, percurso ao longo dos Passadiços da Barrinha com chegada na Farmácia Mutualidade/Clínica Santa Maria, com a duração aproximada de 1h15m, num trajeto de cerca de 6 km.

A CAMINHADA terá início e fim junto à Farmácia Mutualidade, na Praia de Esmoriz, sita na Av. Joaquim Oliveira e Silva, n.º 366 (Edf. Palmeiras), 3885-415 Esmoriz.

Neste mesmo espaço decorrerão, durante a tarde desse mesmo dia, entre as 15h00 e as 18h00, outras atividades paralelas de promoção de saúde e bem-estar, promoção social e animação musical e infantil.

3. CUSTO DA INSCRIÇÃO NA CAMINHADA

A CAMINHADA não terá qualquer custo monetário para os participantes. A taxa de inscrição é substituída pela doação voluntária de produtos de limpeza e higiene, bem como alimentação ou outros produtos para o bem-estar animal, que serão, no final da iniciativa, distribuídos por Instituições dos territórios que apoiam diretamente pessoas ou animais em situação de vulnerabilidade.

4. KIT DE PARTICIPANTE NA CAMINHADA

Os participantes inscritos na CAMINHADA receberão um kit de participante.

5. CONDIÇÃO PARA ACESSO AO KIT DE PARTICIPANTE

O acesso ao kit de participante, em número limitado, está condicionado à efetiva inscrição na CAMINHADA, pelos meios e nos locais disponibilizados para o efeito, e à doação de produtos de higiene e limpeza e/ou alimentação ou produtos para o bem-estar animal para apoio às instituições abrangidas pela iniciativa.

6. LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPANTE NA CAMINHADA

O kit de participante é levantado no próprio dia da CAMINHADA, a partir das 15h00, no secretariado da iniciativa, junto à Farmácia Mutualidade, na praia de Esmoriz, sita na Av. Joaquim Oliveira e Silva, n.º 366 (Edf. Palmeiras), 3885-415 Esmoriz, mediante verificação da respetiva inscrição.

Filiada na **UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS**

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637



7. KITS DE PARTICIPANTE NÃO LEVANTADOS

Os participantes inscritos na CAMINHADA poderão levantar o respetivo kit até ao término da CAMINHADA. Findo esse prazo, os kits não reclamados serão doados às Instituições sociais parceiras da iniciativa para distribuição pelas pessoas beneficiárias.

8. SEGURO DO EVENTO

Os participantes inscritos na CAMINHADA estarão cobertos por um seguro de acidentes pessoais do evento.

O seguro de acidentes pessoais da CAMINHADA cobre exclusivamente o risco dos participantes inscritos na CAMINHADA, excluindo-se desta apólice as outras atividades disponibilizadas durante a tarde.

A entidade promotora garante o seguro exigido por lei, a favor de todos os participantes inscritos.

9. RESPONSABILIDADE

No ato da inscrição e no dia da prova, o participante assume encontrar-se fisicamente apto para participar na “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA”, assumindo essa responsabilidade.

A Entidade Promotora não se responsabiliza por obstáculos ou constrangimentos à mobilidade e acessibilidade dos participantes que possam surgir no trajeto da CAMINHADA.

10. NÚMERO LIMITE DE INSCRIÇÕES PARA PARTICIPAÇÃO

As inscrições na CAMINHADA, por razões logísticas, estão limitadas a 200.

11. CONDICIONANTES PARA A PARTICIPAÇÃO NA CAMINHADA

Não há limite de idade. O participante deve possuir capacidade física e psicológica para acompanhar o trajeto previsto e previamente divulgado com segurança e bem-estar.

Em caso de dúvidas sobre a sua condição física, recomenda-se que consulte o seu médico assistente antes de participar na CAMINHADA.

12. INSCRIÇÕES NA CAMINHADA

As inscrições na CAMINHADA são feitas através de formulário eletrónico, em <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdtczhg0k39WipWrXiokgHWYH6o62UwYaA1MwnLMpuUCH8QLQ/viewform?usp=header> ou nos diversos serviços da Entidade Promotora: sede d’A Mutualidade de Santa Maria, Farmácia Mutualidade, Clínica Santa Maria, Centro Infantil de Lourosa e Centro Infantil de Santa Maria da Feira.

13. DATA LIMITE PARA INSCRIÇÃO NA CAMINHADA

As inscrições na CAMINHADA podem ser feitas até ao penúltimo dia anterior à iniciativa, ficando condicionadas ao limite de inscrições definido no ponto 10 deste Regulamento.

Filiada na **UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS**

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637



14. ENTREGA DAS DOAÇÕES DE PRODUTOS DE HIGIENE, LIMPEZA E ALIMENTAÇÃO ASSOCIADAS À PARTICIPAÇÃO NA CAMINHADA

Os produtos de higiene, limpeza e alimentação são entregues no momento e no local do levantamento do kit de participante na CAMINHADA, mediante apresentação do comprovativo da inscrição emitido no ato.

15. DESISTÊNCIA DA PARTICIPAÇÃO NA CAMINHADA

Em caso de desistência da participação na CAMINHADA, não há lugar à devolução de quaisquer produtos já doados para a ação social.

16. LIMITES DA RESPONSABILIDADE DA ENTIDADE PROMOTORA

A entidade promotora não se responsabiliza pela má condição física dos participantes ou por qualquer acidente ou dano que porventura os participantes venham a causar ou a sofrer antes e depois da prova, estando os organizadores isentos de qualquer responsabilidade.

A entidade promotora e organizadora do evento não se responsabiliza por prejuízos ou danos causados pelos participantes inscritos no evento, seja ao património público seja a terceiros seja a outros participantes, sendo esses eventuais prejuízos ou danos da inteira e exclusiva responsabilidade do seu autor.

Qualquer irregularidade, atitude antidesportiva ou de falta de civismo cometida pelos participantes na CAMINHADA será passível de advertência pelas entidades competentes.

A participação nas atividades de animação infantil exige o acompanhamento do/a menor por um adulto responsável. A entidade promotora não se responsabiliza por qualquer dano ou prejuízo decorrente da participação neste espaço nem assegura a vigilância dos/as menores.

Todos os dados fornecidos pelos participantes no âmbito do processo de inscrição na CAMINHADA são da inteira responsabilidade dos seus titulares.

A entidade promotora e organizadora não assume qualquer responsabilidade nem garante cobertura pelo seguro de acidentes pessoais do evento relativamente aos participantes NÃO inscritos na CAMINHADA nem relativamente à permanência e/ou participação nas outras atividades disponibilizadas (rastreios, espaços de promoção social, espaço de animação infantil, entre outros).

17. COMPORTAMENTO DOS PARTICIPANTES NA CAMINHADA

Por motivos de segurança e saúde pública, os participantes na CAMINHADA devem adotar comportamentos cívicos adequados, respeitando as orientações da entidade organizadora e das autoridades e mantendo-se no percurso oficial da CAMINHADA.

Os participantes devem respeitar a limpeza dos espaços atravessados pela CAMINHADA.

18. ADIAMENTO OU CANCELAMENTO DA CAMINHADA

Filiada na UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637



No caso de não haver condições técnicas, meteorológicas, legais ou de segurança para a realização da CAMINHADA, a entidade promotora reserva-se o direito de alterar a data da iniciativa, adaptar as condições da sua realização ou mesmo cancelá-la.

Tais medidas poderão ser tomadas até ao próprio dia da iniciativa, sendo divulgadas através das ferramentas de comunicação de ampla divulgação.

19.DADOS A INDICAR NO ATO DA INSCRIÇÃO

No ato da inscrição serão solicitados os seguintes dados:

- Nome completo;
- Género (masculino | feminino);
- Data de Nascimento;
- NIF;
- E-mail;
- Telefone/telemóvel.

20.RECOLHA DE IMAGENS DURANTE A CAMINHADA

A entidade promotora fará recolha de algumas imagens das atividades realizadas no âmbito da CAMINHADA para efeitos de divulgação e produção de conteúdos de comunicação.

21.POLÍTICA DE PRIVACIDADE E SEGURANÇA

Os dados para efeitos de inscrição na “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA” são recolhidos pela Mutualidade de Santa Maria – Associação Mutualista no ato das inscrições, seguindo a sua política de Privacidade e Proteção de Dados.

Ao inscrever-se, os participantes assumem conhecer e aceitar as Políticas de Privacidade e Proteção de Dados de “A Mutualidade De Santa Maria – Associação Mutualista” inerentes à “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA”.

Ao inscrever-se, os participantes aceitam ser contactados, pelos meios disponibilizados, para a divulgação de edições posteriores da CAMINHADA.

É garantido aos participantes, nos termos do RGPD, o acesso aos seus dados, podendo solicitar por escrito, junto da organização, a sua atualização, correção ou eliminação, através do e-mail caminhada@mutualidade.pt.

INFORMAÇÃO RELATIVA AOS DADOS PESSOAIS RECOLHIDOS (artigo 13.º e 14.º do RGPD)

Os dados pessoais recolhidos no formulário de inscrição da “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA” são os estritamente necessários para organização deste evento, em conformidade com o disposto na alínea a) do n.º 1 do artigo 6.º e alínea a) do n.º 2 do artigo 9.º, ambos do Regulamento (UE) 2016/679, de 27 de abril (RGPD).

Filiada na UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637



O seu tratamento é efetuado com a finalidade exclusiva de inscrição e participação na “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA”, de acordo com as condições e termos previstos no presente Regulamento.

A Mutualidade De Santa Maria – Associação Mutualista é a responsável pelo tratamento de dados, não os utilizando para qualquer outra finalidade que extravase a inscrição e participação em ações da CAMINHADA, procedendo ao seu anonimizado para fins meramente estatísticos.

Os direitos de acesso, retificação, oposição, limitação, apagamento e portabilidade dos dados pessoais podem ser exercidos através do endereço de e-mail caminhada@mutualidade.pt.

CEDÊNCIAS DOS DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza, de forma gratuita e incondicional, a cedência à A Mutualidade de Santa Maria – Associação Mutualista, os direitos de utilização da sua imagem, tal como captada em fotografias e filmagens que terão lugar no período do evento ou partilhada nas redes sociais associadas ao evento CAMINHADA, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da Entidade Promotora.

22.ACEITAÇÃO DOS TERMOS

Todos os participantes, ao fazer a inscrição na “6.ª CAMINHADA FAMILIAR MUTUALISTA”, aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a promotora do mesmo - A Mutualidade de Santa Maria – Associação Mutualista.

23.CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste Regulamento serão alvo de avaliação e decisão por parte da entidade organizadora da CAMINHADA.

Esmoriz, 13 de março de 2026

Filiada na UNIÃO DAS MUTUALIDADE PORTUGUESAS

Sede: Avenida 29 de Março, 652 • Apartado 50 • 3885-518 Esmoriz • Telefone 256 759 040 • Fax: 256 759 049

E-mail: geral@mutualidade.pt

Inscrita na Direção Geral dos Regimes de Segurança Social sob o n.º 17/82

Contribuinte n.º 501 091 637