



Apresentação

PLANOS DE SAÚDE

JUNHO/2026 ATÉ MAIO/2027

amil



PLANOS OFERECIDOS

Todos os planos são de cobertura nacional com acomodação em apartamento. Nas regiões, cidades ou estados que não têm Rede Amil, o associado conta com a cobertura da Unimed Fesp.

**Amil
700**

**Amil
One
1.000**

**Amil
One
2.000**

**Amil
One
3.000
(Black)**





01

São Elegíveis:

- Titular: Promotor/Procurador de Justiça;
- Dependentes: cônjuge e filhos solteiros;
- Agregados: filho casado, neto, genro/nora até 48 anos.

02

Formas de adesão SEM Carência:

- Recém concursados em até 90 dias contados da posse;
- Dependentes/Agregados em até 30 dias do nascimento, casamento ou união Estável;
- Aniversário do contrato: junho (com análise de cobertura parcial temporária - CPT - para doenças pré-existentes);
- Portabilidade para planos compatíveis conforme regras da ANS.



<https://www.gov.br/ans/pt-br>



03

Carência Contratual

- 24 horas: urgência ou emergência;
- 30 dias: consultas e exames simples;
- 180 dias: exames de alta complexidade, procedimentos e internações;
- 300 dias: parto a termo.

04

Alteração de Padrão:

- **Upgrade** – somente no aniversário do contrato (junho);
- **Downgrade** – a qualquer tempo, desde que não tenha ocorrido nenhuma internação nos últimos 12 meses.



DIFERENCIAIS ENTRE OS PLANOS

Diferenciais	Amil 700	Amil 1000	Amil 2000	Amil 3000
Amil Resgate	✓	✓	✓	✓
Assistência Médica para viagens internacionais	✓	✓	✓	✓
Coleta Domiciliar	✗	✓	✓	✓
Exames Eletivos e agendados em Hospitais	✗	✓	✓	✓
Vacinas (calendário de vacinação do Ministério da Saúde)	✗	✓	✓	✓
Rede Exclusiva de Médicos	✗	✗	✗	✓
Unimed Fesp Nacional (Plano Master)	✓	✓	✓	✓
Prazo diferenciado para autorização	✗	✓	✓	✓



HOSPITAIS EM SÃO PAULO - CAPITAL

Principais Hospitais	Amil 700	Amil One 1000	Amil One 2000	Amil One 3000
Hospital A.C. Camargo	✓	✓	✓	✓
Hospital Alemão Oswaldo Cruz	✓	✓	✓	✓
Hospital Beneficência Portuguesa	✓	✓	✓	✓
Hospital Beneficência Portuguesa - Mirante	✓	✓	✓	✓
Hospital do Coração - HCOR	✓	✓	✓	✓
Hospital do Rim e Hipertensão	✓	✓	✓	✓
Hospital e Maternidade Santa Joana	✓	✓	✓	✓
Hospital e Maternidade São Camilo - Ipiranga	✓	✓	✓	✓
Hospital Infantil Sabará	✓	✓	✓	✓
Hospital Israelita Albert Einstein - completo	✗	✗	✓	✓
Hospital Samaritano	✓	✓	✓	✓
Hospital Santa Catarina	✓	✓	✓	✓
Hospital Santa Isabel	✓	✓	✓	✓
Hospital São Camilo - Pompéia e Santana	✓	✓	✓	✓
Hospital São Luiz - Anália Franco, Itaim e Morumbi	✓	✓	✓	✓
Hospital Sírio Libanês	✗	✗	✓	✓
Hospital Sírio Libanês - Unidade da Mulher	✗	✗	✗	✓
Hospital Vila Nova Star	✗	✗	✓	✓
Incor - Instituto do Coração	✓	✓	✓	✓



LABORATÓRIOS EM SÃO PAULO - CAPITAL

Principais Laboratórios	Amil 700	Amil One 1000	Amil One 2000	Amil One 3000
A +	✓	✓	✓	✓
Alta Diagnóstico	✗	✓	✓	✓
Centro de Diagnósticos Brasil - CDB	✓	✓	✓	✓
Centro de Diagnósticos Brasil - CDB Premium	✗	✓	✓	✓
Club DA	✗	✓	✓	✓
Cura	✓	✓	✓	✓
Delboni Auriemo	✓	✓	✓	✓
Laboratório Einstein	✗	✗	✓	✓
Femme	✓	✓	✓	✓
Fleury	✗	✓ Coparticipação 30%	✓ Coparticipação 30%	✓
Laboratório Hcor	✗	✓	✓	✓
Lavoisier	✓	✓	✓	✓
RDO	✗	✓	✓	✓
Salomão & Zoppi	✓	✓	✓	✓
Laboratório Sírio Libanês	✗	✗	✓	✓



TABELA DE PREÇOS

Tabela de Preços

FAIXA ETÁRIA	AMIL 700	AMIL ONE 1000	AMIL ONE 2000	AMIL ONE 3000
até 18 anos	R\$ 676,70	R\$ 743,02	R\$ 984,78	R\$ 1.450,35
19 até 23 anos	R\$ 1.000,54	R\$ 1.168,54	R\$ 1.548,82	R\$ 2.216,37
24 até 28 anos	R\$ 1.223,74	R\$ 1.366,33	R\$ 1.810,89	R\$ 2.330,19
29 até 33 anos	R\$ 1.250,39	R\$ 1.533,79	R\$ 2.032,83	R\$ 3.094,31
34 até 38 anos	R\$ 1.397,34	R\$ 1.759,47	R\$ 2.331,98	R\$ 3.216,71
39 até 43 anos	R\$ 1.534,35	R\$ 1.880,02	R\$ 2.491,78	R\$ 3.657,49
44 até 48 anos	R\$ 1.900,18	R\$ 1.998,01	R\$ 2.648,13	R\$ 3.944,39
49 até 53 anos	R\$ 2.097,50	R\$ 2.539,97	R\$ 3.366,51	R\$ 4.734,10
54 até 58 anos	R\$ 2.550,13	R\$ 2.896,02	R\$ 3.838,34	R\$ 5.465,15
acima de 59 anos	R\$ 4.060,48	R\$ 4.458,14	R\$ 5.908,73	R\$ 8.702,27



TABELA DE REEMBOLSO

PROCEDIMENTO	TUSS	Amil 700	Amil One 1000	Amil One 2000	Black 3000
CONSULTA	10101012	R\$ 132,58	R\$ 203,29	R\$ 238,63	R\$ 353,54
CONSULTA COM NUTRICIONISTA	50000560	R\$ 126,29	R\$ 193,64	R\$ 227,31	R\$ 336,76
SESSÃO DE ACUPUNTURA	31601014	R\$ 37,90	R\$ 75,79	R\$ 113,69	R\$ 151,58
SESSÃO DE FISIOTERAPIA (até)	50000144	R\$ 19,02	R\$ 59,12	R\$ 59,12	R\$ 78,82
SESSÃO DE FONOAUDIOLOGIA	62504029	R\$ 59,87	R\$ 119,75	R\$ 179,62	R\$ 239,50
SESSÃO DE PSICOTERAPIA	20104219	R\$ 59,87	R\$ 119,75	R\$ 179,62	R\$ 239,50
VISITA MÉDICA HOSPITALAR	10102019	R\$ 126,29	R\$ 446,21	R\$ 446,21	R\$ 715,62
HEMOGRAMA COMPLETO	40304361	R\$ 30,32	R\$ 60,63	R\$ 90,95	R\$ 121,26
ELETROCARDIOGRAMA	40101010	R\$ 53,05	R\$ 106,11	R\$ 159,16	R\$ 212,21
ENDOSCOPIA DIGESTIVA	40201120	R\$ 204,63	R\$ 409,27	R\$ 613,90	R\$ 818,53
MAMOGRAFIA	40808033	R\$ 120,51	R\$ 241,01	R\$ 361,52	R\$ 482,02
RESSONÂNCIA MAGNÉTICA DE CRÂNIO	41101014	R\$ 1.364,22	R\$ 2.728,44	R\$ 4.092,66	R\$ 5.456,88
TESTE ERGOMÉTRICO	40101045	R\$ 136,42	R\$ 272,84	R\$ 409,27	R\$ 545,69
TOMOGRAFIA DE CRÂNIO	41001010	R\$ 564,64	R\$ 1.129,27	R\$ 1.693,91	R\$ 2.258,54
ULTRASSOM OBSTÉTRICO	40901246	R\$ 227,37	R\$ 454,74	R\$ 682,11	R\$ 909,48
FACECTOMIA (CIRURGIA CATARATA)	30306027	R\$ 3.554,63	R\$ 10.086,36	R\$ 10.086,36	R\$ 16.176,24
HISTERECTOMIA TOTAL	31303102	R\$ 3.088,52	R\$ 8.439,44	R\$ 8.439,44	R\$ 13.534,96
IMPLANTE DIU	31303293	R\$ 170,53	R\$ 602,53	R\$ 602,53	R\$ 966,32
PARTO VIA BAIXA	31309127	R\$ 3.145,36	R\$ 8.640,29	R\$ 8.640,29	R\$ 13.857,06
PARTO CESÁRIA	31309054	R\$ 2.827,05	R\$ 7.515,56	R\$ 7.515,56	R\$ 12.053,26





amil
dental

Parceria: benefício farmácia

Cliente **Amil Dental** tem desconto na **Drogaria São Paulo** e **Drogarias Pacheco**, tanto na loja física quanto no site.

- 30% de desconto em medicamentos genéricos;
- 20% de desconto em medicamentos de marca*;
- 5% de desconto em perfumaria.



Basta apresentar a carteirinha ou o número do beneficiário junto com um documento com foto.

Linha *Premium*

Odontologia *Premium*

Visando oferecer uma **experiência única**, com a máxima qualidade, os produtos da linha Premium foram criados para garantir uma **odontologia de excelência**, com diferenciais exclusivos para atender às necessidades dos clientes mais exigentes.

Com um conceito de **atendimento completo e personalizado**, os produtos contam com uma **rede credenciada altamente qualificada**, composta pelos **melhores dentistas, clínicas e consultórios**.

Linha *Premium*

Estrutura de Atendimento Exclusivo

Contamos com uma equipe de *backoffice* especializada para dar o suporte necessário aos nossos analistas, oferecendo, assim, mais agilidade e exclusividade na hora de atender nossos clientes.

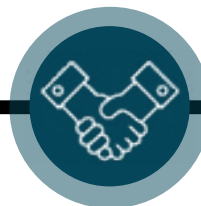
RELACIONAMENTO
DENTISTA



ATENDIMENTO AO
BENEFICIÁRIO



APOIO ÀS
VENDAS



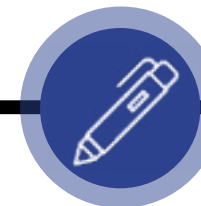
ATENDIMENTO
CORPORATIVO



CONCIERGE



IMPLANTAÇÃO



Linha *Premium*

- Central de Relacionamento Exclusivo;
- Concierge Agendamento;
- Reembolso em 24h;

Coberturas Diferenciadas:

- Estética;
- DTM – Disfunção Temporo Mandibular;
- Tomografia;
- Ortodontia;
- Prótese.

Lincx Dental
5 AV

59,19

Abr/25 até Mar/26

ROL ANS + PROCEDIMENTOS EXTRAS
ORTODONTIA COMPLETA +
PRÓTESES EM RESINA E PORCELANA +
CLAREAMENTO ESTÉTICO CASEIRO



**PRÓTESES DE RESINA E
PORCELANA*:**

- Faceta de Porcelana
- Onlay/Inlay em Cerâmica
- Coroas Unitárias Metal-Cerâmica e Cerâmica Pura
- Prótese Total
- Prótese Parcial Removível

**ORTODONTIA
COMPLETA:**

- Documentação Ortodôntica Completa
- Instalação Aparelho Fixo Metálico e Estético e Aparelhos Móveis e Ortopédicos + Aparelho Autoligável e Lingual
- Manutenção Mensal

**CLAREAMENTO
CONVENCIONAL:
(Gel e Moldeira)**

**Reembolso Livre
Escolha**

*Exceto prótese sobre implante.

R: Reembolso válido de acordo com a Tabela de reembolso Amil Dental.

As informações contidas nesta apresentação são de propriedade da Amil e não podem ser reproduzidas/distribuídas sem autorização da empresa.

CANAIS DE ATENDIMENTO

DIRETAMENTE COM A APMP

- **Presencial:** Rua Riachuelo, nº 115, 11º andar, Centro – Capital – São Paulo/SP.
- **Telefônico:** (11) 3188-6464 – opção 01
- **E-mail:** cadastro@apmp.com.br
- **Whatsapp:** 55 (11) 3188-6530 *(apenas mensagens e ou envio de documentos)*

DIRETAMENTE COM A AMIL

- **Aplicativo – app:** baixar o aplicativo “Amil clientes” cadastrar login e senha. Feito isso, poder-se-á solicitar reembolso, realizar atendimento médico virtual (telemedicina) e consultar a rede credenciada.
- **Site:** ***www.amil.com.br*** ***(acesso realizado com mesmo login e senha do aplicativo)***, *poderá consultar os extratos de reembolso, os pedidos realizados e os dados cadastrais.*

TUTORIAL

- Tutorial **cartão virtual** amil – <https://www.youtube.com/watch?v=ayLR6K9RaVI>





cuidadosmil

Nascemos para cuidar de toda a sua jornada de saúde.



Rebranding



Célula de captação



Célula de navegação



Monitoramento de KPI's e relatórios gerenciais



Benefícios

Com foco em acompanhar mais de perto a saúde e propor um modelo integrado, os cuidados Mil possuem foco em prevenção, acompanhamento e tratamento.

Reduzindo os riscos e aumentando a promoção de melhorias na qualidade de vida dos nossos beneficiários.

As nossas linhas de cuidado também contam com enfermeiros navegadores, para apoio e coordenação do cuidado em toda a jornada.

Para agendamento da primeira consulta de qualquer programa ou linha, basta ligar para: **11 3004-1080.**

cuidadosmil

amil

cuidadosmil cardiologia



Insuficiência Cardíaca
Controlada



Cuidados
Pós-infarto

cuidadosmil hematologia



Anticoagulante
Seguro

cuidadosmil endocrinologia



Emagrecimento

cuidadosmil pulmonar



Fumo Zero

cuidadosmil oncologia



Cuidado
Integral da Mama

cuidadosmil ortopedia



Saúde
da Coluna

cuidadosmil saúde mental



Saúde Mental

cuidadosmil obstetrícia



Gestação
Segura

cuidadosmil nefrologia



Saúde Renal



Saúde Mental

Cuidado ofertado:

O programa proporciona atendimento especializado com psicólogos e psiquiatras, de acordo com a necessidade de cuidado de cada paciente. As consultas são realizadas de maneira virtual, com reavaliações periódicas dos planos de tratamento. Para casos graves, complexos ou persistentes, oferecemos cuidado integral presencial com equipe multidisciplinar, por meio do Saúde Mental 360 (nas regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro).

Benefícios:

- Escalas de saúde mental para avaliação de sinais, sintomas e estratificação de complexidade clínica.
- Acompanhamento psicológico e consultas com psiquiatria, se necessário.
- atendimentos e monitoramento 100% remotos.
- Encaminhamento de casos graves para equipe multidisciplinar presencial.
- Envio de materiais psicoeducativos.

Público-alvo:

Pessoas com sintomas que demandam cuidado emocional.

A partir de 12 anos

Acesso:

- Abrangência nacional
- Jornada híbrida



Gestação Segura

Cuidado ofertado:

As gestantes e puérperas contam com o acompanhamento de enfermeiros obstetras, psicólogos e nutricionistas em jornadas personalizadas, de acordo com o risco gestacional. Após o puerpério, o monitoramento para acompanhamento da saúde da criança fica disponível até os 24 meses de vida. O monitoramento do programa é realizado de forma remota, por meio de consulta por vídeo e contatos telefônicos.

Benefícios:

- Monitoramento com enfermeiros obstetras durante toda a gestação e o puerpério.
- Acompanhamento com psicologia e nutrição, se necessário.
- Atendimento e monitoramento 100% remoto, por meio de consultas por vídeo.
- Consultorias (de amamentação e de sono do bebê) e rodas de conversa.
- Direcionamento para equipes médicas preferenciais de pré-natal, se necessário (nas regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro).
- Descontos em vacinas (nas regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro).
- E-books com informações sobre gestação e cuidados com o recém-nascido.

Público-alvo:

Gestantes e puérperas (até 45 dias após o parto).

Acesso:

- Abrangência nacional
- Jornada híbrida



Emagrecimento

Cuidado ofertado:

Criada para promoção de hábitos saudáveis e melhoria da qualidade de vida, com foco no bem-estar e no equilíbrio físico e emocional, a linha oferece um acompanhamento intensivo e personalizado, com médico endocrinologista e equipe multidisciplinar dedicada composta por nutricionista, educador físico, psicólogo e enfermeiro navegador, garantindo um cuidado contínuo e integral. Os casos com indicação cirúrgica podem contar com uma rede preferencial de médicos cirurgiões e hospitais de excelência.

Benefícios:

- Acompanhamento intensivo com médico endocrinologista.
- Equipe multidisciplinar dedicada (nutricionista, psicólogo e educador físico).
- Enfermeiro navegador para apoio virtual em toda a jornada.
- Encaminhamento de casos cirúrgicos para rede preferencial de cirurgias bariátricas e hospitais de excelência.

Público-alvo:

Pessoas com sobrepeso ($IMC \geq 27kg/m^2$) ou obesidade.

A partir de 13 anos

Acesso:

- Abrangência nacional
- Jornada híbrida (Presencial para regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro)



Fumo Zero

Cuidado ofertado:

O programa proporciona um plano de tratamento personalizado, a partir do acompanhamento intensivo com equipe formada por médico especialista e psicólogo, em uma jornada 100% virtual. Duração: até 12 meses.

Benefícios:

- Equipes de médicos especialistas e psicólogos.
- Planos de tratamento personalizados.
- Atendimentos e monitoramento 100% remoto.

Público-alvo:

Pessoas que querem parar de fumar (cigarros tradicionais ou eletrônicos).

A partir de 18 anos

Acesso:

- Abrangência nacional
- Jornada virtual



Anticoagulante Seguro

Cuidado ofertado:

O principal objetivo do programa é o monitoramento dos níveis de anticoagulação, reduzindo a chance de complicações e proporcionando maior segurança. De forma 100% virtual, uma equipe de referência composta por médico e enfermeiro proporciona auxílio no monitoramento dos resultados de exames, apoio para ajuste da dose terapêutica semanal da medicação e suporte para eventuais intercorrências, oferecendo o direcionamento adequado, conforme a necessidade.

Benefícios:

- Apoio médico para ajuste na dose terapêutica semanal do medicamento anticoagulante.
- Orientações de saúde e suporte, no caso de intercorrências (como sangramentos).
- Monitoramento remoto com enfermeiro navegador.
- Direcionamento para consulta de orientação nutricional, se necessário.

Público-alvo:

Pessoas que fazem uso, temporário ou permanente, de medicamentos anticoagulantes do tipo cumarínico (Varfarina, Marevan® ou Marfarin®).

A partir de 18 anos

Acesso:

- Abrangência nacional
- Jornada virtual



Insuficiência Cardíaca Controlada

Cuidado ofertado:

Acompanhamento por cardiologistas especializados, equipes de reabilitação cardiopulmonar e enfermeiros navegadores, para orientações, apoio e coordenação do cuidado. O objetivo da Linha é a melhoria do bem-estar e da qualidade de vida, além da diminuição de intercorrências relacionadas a esta condição de saúde.

Benefícios:

- Acompanhamento com cardiologistas especializados em insuficiência cardíaca.
- Equipes de reabilitação cardiopulmonar alocadas em centros de excelência.
- Monitoramento remoto com enfermeiro navegador.

Público-alvo:

Pessoas que possuem o diagnóstico de insuficiência cardíaca.

A partir de 18 anos

Acesso:

- Abrangência: regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro
- Jornada presencial



Cuidados Pós-infarto

Cuidado ofertado:

Para prevenir novos eventos cardiovasculares e melhorar os sintomas e a qualidade de vida, as pessoas nesta linha podem contar com equipes multiprofissionais, com médicos cardiologistas especializados e enfermeiros navegadores, que oferecem um acompanhamento de excelência, com protocolos clínicos baseados nas melhores evidências científicas.

Benefícios:

- Equipes de médicos cardiologistas especializados.
- Protocolos clínicos baseados nas melhores evidências científicas.
- Monitoramento remoto com enfermeiro navegador.

Público-alvo:

Pessoas que já tiveram algum episódio de infarto do miocárdio (recente ou mais antigo).

Acesso:

- Abrangência: regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro
- Jornada presencial



Saúde Renal

Cuidado ofertado:

A linha oferece acompanhamento em centros de referência, realizado por equipes especializadas formadas por médicos nefrologistas, nutricionistas, psicólogos e enfermeiros navegadores. O objetivo é controlar os sintomas e reduzir complicações, além do direcionamento à rede preferencial de diálise.

Benefícios:

- Acompanhamento com médicos nefrologistas especializados.
- Equipe multidisciplinar dedicada (nutricionista e psicólogo).
- Enfermeiro navegador para apoio virtual em toda a jornada.
- Direcionamento para rede preferencial de diálise, se necessário.
- Direcionamento para centros transplantadores de excelência, se necessário.

Público-alvo:

Pessoas com o diagnóstico de doença renal crônica ou que realizaram transplante renal.

Para todas as faixas etárias

Acesso:

- Abrangência: regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro
- Jornada presencial



Saúde da Coluna

Cuidado ofertado:

Especialmente voltada para garantir a saúde postural de quem sofre com dores na região da coluna vertebral, a linha busca reduzir os sintomas atuais e diminuir riscos futuros, por meio do atendimento por equipes de reabilitação multidisciplinares compostas por médicos especialistas em dor, fisioterapeutas, psicólogos e nutricionistas, além de enfermeiro navegador, para apoio em toda a jornada de cuidado. Para os casos com indicação cirúrgica, oferecemos uma rede preferencial de médicos cirurgiões e hospitais de excelência.

Benefícios:

- Acompanhamento intensivo com médico especialista em dor.
- Equipe multidisciplinar dedicada (fisioterapeuta, psicólogo e nutricionista).
- Enfermeiro navegador para apoio virtual em toda a jornada.
- Encaminhamento de casos cirúrgicos para rede preferencial de cirurgiões de coluna.

Público-alvo:

Pessoas que sofrem com dores na região da coluna vertebral (idade mínima: 13 anos).

Acesso:

- Abrangência: regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro
- Jornada presencial



Cuidado ofertado:

Tem o objetivo de proporcionar apoio e direcionamento durante toda a jornada: desde a fase de exames de investigação diagnóstica até o momento de tratamento e reabilitação. O acompanhamento de saúde na linha é realizado por médicos mastologistas e oncologistas especializados, alocados em centros hospitalares de excelência, além de enfermeiro navegador, para coordenação.

Benefícios:

- Direcionamento oportuno para exames de investigação diagnóstica.
- Equipes de médicos mastologistas e oncologistas especializados, alocadas em centros de excelência.
- Monitoramento remoto, com enfermeiro navegador.

Público-alvo:

Pessoas diagnosticadas com câncer de mama ou em processo de investigação.

A partir de 18 anos

Acesso:

- Abrangência: regiões metropolitanas de São Paulo e do Rio de Janeiro
- Jornada presencial

cuidadosmil





Corpo

As aulas de saúde física oferecem acesso a mais de 4 mil aulas e programas, essenciais para controle de doenças crônicas, prevenção de saúde e hábitos mais saudáveis.

Centenas de aulas e programas

- Fitness
- Yoga
- Pilates
- Laboral
- Cardio
- Rotinas de beleza
- Cuidados Pessoais
- Danças
- E muito mais

Cursos

- Fitness
- Pilates
- Yoga
- Cuidados pessoais
- São mais de 30 cursos ligados ao corpo



Alimentação

Com as aulas de saúde alimentar, o usuário acessa mais de 1.000 receitas variadas, promovendo uma alimentação saudável e prática com alimentos do dia-a-dia.

Centenas de aulas e programas

- Vegetariano
- Vegano
- Sem Glúten
- Sem Lactose
- Sem Restrição
- Funcionais
- E muito mais

Cursos

- Massas frescas e sem glúten
- Hortas caseiras
- Plant Based
- E mais 25 cursos de alimentação



Mente

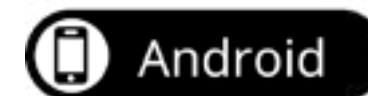
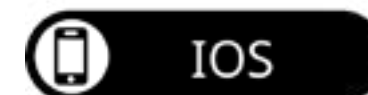
Com as práticas de saúde mental, o usuário acessa mais de 400 práticas guiadas para reduzir estresse, ansiedade e melhorar o bem-estar emocional.

Centenas de aulas e programas

- Mindfulness
- Zazen
- Yoga Nidra
- Samatha
- CEB - Cultivo do equilíbrio emocional
- Pranayama
- E muito mais

Cursos

- Yoga
- Meditação
- Respiração
- Entre outros



The logo for Grupo Amil is centered on a dark blue background. It features the word "Grupo" in a white, sans-serif font, positioned above the word "amil". The "amil" is in a larger, bold, white, sans-serif font. The background is decorated with several overlapping, semi-transparent blue circles of varying shades, creating a dynamic, abstract pattern.

Grupo
amil